ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00884BA357FBFDA742AD8078CD99DFC8F7
Владелец: Олейникова Наталья Александровна
Действителен: с 15.10.2025 до 08.01.2027

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 17 имени К. Нечаевой
г. Волжского Волгоградской области»
(МОУ СШ № 17)

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
МО учителей физической кеультуры и ОБЗР	Методический совет	Директор
_____	_____	_____
Протокол №1 от «28» августа 2025 г.	Протокол №1 от «28» августа 2025 г.	Приказ №449-од от «01» сентября 2025 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Футбол» для обучающихся 3, 4 классов

Волжский 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Футбол» для обучающихся 3-4 классов предназначена для удовлетворения потребности и интереса в физическом развитии.

Нормативно-правовую основу рабочей программы курса внеурочной деятельности «Футбол» составляют следующие документы:

- Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ.

Приказы Министерства просвещения Российской Федерации:

- Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования: от 31.05.2021 №286 (с изменениями от 18.07.2022 № 569, от 22.01.2024 № 31);
- Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования: от 16 ноября 2022 г № 992 (с изменениями от 18.05.2023 № 372, от 19.03.2024 № 171) в редакции от 09.10.2024;
- О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования: от 09.10.2024 № 704.

- Федеральная рабочая программа воспитания.

- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28.

- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2, с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 декабря 2022 г. № 24.

- Основная образовательная программа муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 17 имени К. Нечаевой г. Волжского Волгоградской области» на уровне начального общего образования.

- Устав муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 17 имени К. Нечаевой г. Волжского Волгоградской области».

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес школьников к данному виду спорта.

Целью занятий являются разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Задачи:

1) Укрепление здоровья и закаливание организма;
2) Привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
3) обеспечениевсестороннейфизическойподготовкиспреимущественнымразвитиембыстроты, ловкости и координации движений;
4) овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
5) участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

Режим занятий: занятия проводятся 1раз в неделю. Продолжительность одного занятия – 1академический час, с установленными перерывами (в соответствии с СанПиНом 3.1/2.4.3598-20от 30 июня 2020 года N 16).Всего на освоение программы отводится: 3кл. -34ч, 4кл. -34ч.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в **принципе совместной деятельности учителя и ученика**. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбираются содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Методы и формы обучения.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является **метод упражнений**, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая.

Система, формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьных соревнованиях. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Ожидаемый результат

В конце изучения программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, повышение социальной адаптации учащихся, сформированность коммуникативных способностей

обучающихся, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и региональных мероприятиях, качественное

освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Планируемые результаты
освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

программа внеурочной деятельности предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметовопыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол в школе» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол в школе» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

РегулятивныеУУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средствомформированияэтихдействийслужиттехнологияоцениванияобразовательных достижений (учебных успехов).

ПознавательныеУУД:

- добыватьновыезнания:находитьответынавопросы,используяразныеисточники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатыватьполученнуюинформацию:делатьвыводыврезультатесовместнойработы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

КоммуникативныеУУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместнодоговариватьсяоправилахобщенияиповедениявигреиследоватьим;
- учитьсявыполнятьразличныероливгруппе(лидера,исполнителя,критика).

Средствомформированияэтихдействийслужиторганизацияработывпарахималых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Учебно-тематический план

Содержание курса	3класс	4класс
	Кол-во часов	
Теоретическая подготовка	1	1
Общаяфизическаяподготовка.	**7**	**7**
Тактическаяподготовка.	**20**	**20**
Специальнаяфизическаяитактическаяподготовка.	**6**	**6**
Всего	34	34

Тематическое планирование
3 класс

№	Темазанятия	Количество часов
1.	Инструктажпотехникебезопасности. Профилактикатравматизма.Правилаигры.Судейство.	**1**
	Общаяфизическаяподготовка.	**7**
2.	Челночныйбег,футбол,изучениеупражнения«квадрат».	1
3.	Бег,прыжки,футбол,изучениеупражнения«контрольмяча».	1
4.	Прыжкичерез барьер.	1
5.	Бегсизмененииемнаправления,«квадрат»,футбол.	1
6.	Челночныйбег,прыжкичерезбарьер, футбол.	1
7.	Рывкиподиагоналям,футбол,«контрольмяча».	1
8.	Челночныйбег+ ударыповоротам,футбол.	1
	Тактическаяподготовка.	**20**
9.	Передвижениеспинойвперед,повороты,удары, ведениемячапо кругу.	1
10.	Остановкакатящегосямячавнутреннейсторонойстопыи подошвой.	1
11.	Подвижныеигры.	1
12.	Обучениеударомпонеподвижномумячу,чеканкамяча.	1
13.	Подтягивание,приседание,пресс,длительныйбег,подвижные игры.	1
14.	Отработкаударовпомячуизразличныхположений, комбинации ударов.	1
15.	Упражнение«квадрат».Двусторонняяучебнаяигра.	1
16.	Общеразвивающиеупражненияснабивнымячом,играв гандбол.	1
17.	Общеразвивающиеупражнениявпарах,подтягивание.	1

18.	Эстафетаназакреплениеисовершенствованиетехнических приемов.	1
19.	Развитиескоростныхискоростно-силовых способностей, прыжки.	1
20.	Ведениемячадоцентраспоследующим ударомповоротам, изучениеновыхтехническихприемов.	1
21.	Обводкаспомощьюобманныхдвижений,отработкаизученных ударов.	1
22.	Отработкапасавпарах. Футбол.	1
23.	Игрыназакреплениетактических действий, силовые упражнения.	1
24.	Ведениемячасактивнымсопротивлениемзащитников,ударпо неподвижномумячувнутреннейстороной стопы.	1
25.	Изучениеиндивидуальныхтактическихдействийвзащите. Двусторонняяучебнаяигра.	1
26.	Развитиекоординационныхспособностей.Ведение+ударпо воротам, квадрат.	1
27.	Игры,развивающиефизическиеспособности.Бегсостановками иизменениемнаправления.	1
28.	Изучениепозиционногонападения:безизмененийпозиций игроков+ударс сопротивлением.	1
	Специальнаяфизическаяитактическаяподготовка.	**6**
29.	Вратарь:ловлякатящегосямяча.Ударыповоротамиз стандартных положений, по катящемуся мячу.	1
30.	Отбормячаперехватом,тактикаигры2 против1.	1
31.	Изучениетехническихприемов,приеммячагрудью. Двусторонняя учебная игра.	1
32.	Остановкамячаразличнымичастямитела.Двусторонняя учебная игра.	1
33.	Комбинациииизосвоенныхэлементовтехникипередвижений+ эстафета.	1
34.	Отбормячаперехватомвдвижение,бегспрепятствиями. Двусторонняяигра.	1

Тематическое планирование
4 класс

№	Наименованиетем	Количество часов
1	ВводноезанятиеИнструктажпоТБ.История футбола.	1
2	Передвижениябоком,спинойвперёд,ускорение,остановки,повороты, стартыизразличныхисходных положений.	1
3	Комбинациииизосвоенныхэлементовтехникипередвижений(бег, остановки,повороты,рывки).	1
4	Ударыпонеподвижномуикатящемусямячувнутренней стороной стопыисреднейчастью подъёма.	1

5	Ударыпокатящемуся мячувнутреннейчастью подъема.	1
6	Ударыпонеподвижномумячувнешнейчастью подъема.	1
7	Ударыпокатящемусямячувнешнейсторонойподъема, носком.	1
8	Ударыполетящемумячувнутреннейстороной стопы.	1
9	Ударыполетящемумячусерединой подъема.	1
10	Ударыповоротамразличнымиспособаминаточностьпопадания мячомв цель.	1
11	Угловойудар.Подачамячавштрафнуюплощадь.	1
12	Остановкакатящегосямячавнутреннейсторонойстопыи подошвой.	1
13	Остановкакатящегосямячавнешнейсторонойстопы.	1
14	Остановкамячагрудью.Двусторонняяучебная игра.	1
15	Остановкалетящегомячавнутреннейсторонойстопы.Двусторонняя учебнаяигра.	1
16	Ведениемячавнешнейивнутреннейсторонойстопыпопрямой,с измененииемнаправленияискоростиведенияправойилевойногой (безсопротивлениязащитника).	1
17	Выбиваниемячаударомногой.Отбормячаперехватом.Двусторонняя учебнаяигра.	1
18	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Двусторонняяучебнаяигра.	1
19	Ведение,удар(перемещениемяча,остановка,ударповоротам).	1
20	Тактикасвободногонападения.Двусторонняяучебнаяигра.	1
21	Позиционные нападения без изменения позиций. Двусторонняя учебнаяигра.	1
22	Позиционные нападения с изменением позиций. Двусторонняя учебнаяигра.	1
23	Индивидуальные,групповыеикомандныетактическиедействияв нападенииизащите.Двусторонняяучебнаяигра.	1
24	Двусторонняяучебнаяигра.	1
25	Игрыиэстафетыназакреплениеисовершенствованиетехнических приемовитактическихдействий.	1
26	Игры,развивающиефизическиеспособности.	1
27	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей,выносливости,гибкости.	1
28-33	Двусторонняяучебнаяигра.	6
34	Тестирование.	1

Учебно-практическое оборудование

- Перекладинагимнастическая(пристеночная)
- Стенкагимнастическая
- Скамейкагимнастическаяжесткая(длиной4м)
- Комплектнавесногооборудования(перекладина,тренировочныебаскетбольныещиты)
- Мячифутбольные

- Матгимнастический
- Кегли
- Обручи
- Ворота футбольные

Учебно-методическое обеспечение

1. АнтиповА.,ГубовВ. «Диагностикаитренировкадвигательныхспособностей»2008г.
2. ГоломазовС.В.,ЧирваП.Г.«Теорияипрактикафутбол»2008г.
3. ГоломазовС.В.,ЧирваП.Г.«Методикатренировкитехникиигрыголовой»2006г.
4. ГригорьевД.В.,СтепановП.В.Внеурочнаядеятельностьшкольников.–М.,2010.
5. ГригорьевД.В.,СтепановП.В.Программывнеурочнойдеятельности.Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение. - М., 2011.
6. Пособиедляучителейиметодистов«Внеурочнаядеятельностьучащихся.Футбол»/Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011 г.
7. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности и пребывания учащихсявобразовательных учрежденияхвовторойполовинедня/Сост.В.И.Никулина, Н.В. Екимова. – Белгород, 2010.