**Программа внеурочной деятельности «Футбол» 1-2 класс**

**Автор:** Ананьев Алексей Вячеславович, учитель физической культуры и спорта МБОУ СШ№28, г. Ульяновск

**Описание материала:** предлагаю вам программу внеурочной деятельности «Футбол» для детей 1-2 классов. Данный материал будет полезен учителям физической культуры, т.к. программа рассчитана для групп начальной подготовки.

1. **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

***Личностными результатами освоения, обучающимися курса, являются следующие умения:***

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

***Мета предметными результатами являются следующие умения:***

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

         — технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

***Предметными результатами освоения, обучающимися курса, являются следующие умения:***

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

— оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

1. **Содержание курса внеурочной деятельности**

***Тема 1-2.*** ***Техника безопасности на занятиях. Правила игры в футбол.***

1. Техника безопасности на занятиях.
2. Правила игры в футбол.
3. Беседы о: Гигиенических знаниях и навыках.
4. Закаливание.
5. Место занятий, оборудование.

***Тема 3-4.*** ***Техника игры в футбол. Тактика игры в футбол.***

1. Изучение правил игры в мини-футбол.
2. Роль капитана команды, его права и обязанности.
3. Требование к месту занятия и оборудованию.

***Тема 5-6.*** ***Общеразвивающие упражнения без предметов.***

1. Упражнения на формирование правильной осанки.
2. Общеразвивающие упражнения без предметов.
3. Упражнения на формирование правильной осанки.
4. Проведение практического занятия.

***Тема*** ***7-8.*** ***Удары по мячу головой.***

1. Удары по мячу головой.
2. Выполнение ударов по мячу головой.
3. Остановка мяча.
4. Остановка мяча подошвой и внутренней частью подъема катящегося мяча.
5. Учебная игра

***Тема*** ***9-10.*** ***Ведение мяча.***

1. Ведение мяча. Ведение внешней, внутренней частью подъѐма.
2. Обманные движения (финты). Обучения финтам.
3. Учебная игра.
4. Обучение ведению мяча.

***Тема*** ***11-12.*** ***Отбор мяча.***

1. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника.
2. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.
3. Учебная игра.

***Тема*** ***13-14****.* ***Техника игры вратаря.***

1. Основная стойка вратаря.
2. Ловля летящего на встречу мяча.
3. Учебная игра.
4. Обучение технике игры вратаря.
5. Основная стойка вратаря.

***Тема*** ***15-16.*** ***Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.***

***Тема*** ***17-18.*** ***Отбивание мяча без прыжка и в прыжке****.*

1. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.
2. Учебная игра.
3. Обучение выбиванию мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук.

***Тема*** ***19-20.*** ***Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук.***

1.Тактика игры в футбол.

2.Правила игры.

3. Обучение выбиванию мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук.

***Тема 21-22. Повороты вперёд***

1. Построение. Упражнения на гибкость и координацию.
2. Техника перемещений.
3. Остановка прыжком, повороты на опорной ноге.
4. Эстафеты с использованием футбольных приёмов.

***Тема 23-24. Повороты назад***. Обучить быстрой смене положения тела, чередованию поворотов вперёд и назад.

1. Построение. ОРУ в движении. Подвижная игра «Парная чехарда».
2. Бег с малым мячом в руках, по сигналу остановка прыжком, поворот.
3. Перемещения приставными шагами.
4. Развитие внимания и быстроты.

***Тема 25-26. Прием мяча на месте. О*бучить приемам остановки мяча.**

1. Техника передачи мяча.
2. Прием и передача на месте.
3. Упражнения на развитие скорости.
4. Развитие скоростно-силовых качеств.

***Тема 27-28. Передача мяча***. Обучить технике передачи мяча на месте и в движении.

1. Передачи мяча в движении.
2. Удар одной ногой .
3. Техника приема мяча в движении.
4. Развитие точности удара.

***Тема 29-30. Передача мяча левой ногой***. Обучить технике передачи мяча на месте и в движении.

1. Разминка. Бег и прыжки.
2. Эстафеты с использованием передач мяча в движении.
3. Учебная игра по упрощённым правилам.
4. Развитие координации и быстроты.

***Тема 31-32. Передача мяча правой ногой***. Обучить передаче мяча отскоком от пола.

1. Построение в шеренгу, бег по прямой и с изменением направления движения.
2. Удар мяча в движении.
3. Упражнения в парах.
4. Развитие прыгучести, быстроты реакции.

***Тема 33-34. Передача одной ногой с места***. Обучить технике передачи одной ногой на месте.

1. Построение в шеренгу, бег со сменой лидера, прыжковые упражнения.
2. Передачи мяча во встречных колоннах.
3. Ведение, остановка мяча с ударом.
4. Развитие скоростной выносливости.

***Тема 35-38. Ведение мяча.*** Обучить технике ведения мяча на месте и в движении.

1. Построение в шеренгу.
2. Общеразвивающие упражнения, бег со сменой лидера.
3. Ведение мяча правой и левой ногой, обводка стоек.
4. Игра в мини-футбол по упрощённым правилам.

***Тема 39-42. Прием мяча с низким отскоком***. Обучить технике низкого ведения на месте и в движении.

1. Построение в шеренгу.
2. ОРУ в движении, остановки, повороты в шаге, беге.
3. Перемещения спиной вперёд, приставными шагами.
4. Ведение-обводка стоек, ведение-передача с отскоком от пола.

***Тема 43-44. Ведение мяча с отскоком***. Обучить ведению мяча со зрительным контролем и без.

1. Построение в шеренгу.
2. ОРУ, бег с имитацией удара в движении.
3. Салки: догоняющий ведет мяч.
4. Ведение - 2 шага - удар.
5. Штрафные удары

**Тема 45-48. Ведение мяча на месте**. Обучить технике ведения мяча на месте.

1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия.
2. Общеразвивающие упражнения.
3. Ведение мяча со сменой ног, из различного исходного положения.
4. Развитие скоростно-силовых качеств.

***Тема 49-52. Ведение по прямой***. Обучить ведению мяча по прямой с различной скоростью, со встречным противником.

1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия.
2. Общеразвивающие упражнения, подвижная игра «День-ночь» с ведением.
3. Эстафеты с ведением.
4. Развитие прыгучести.
5. Игра.

***Тема 53-54. Ведение по дугам***. Обучить ведению мяча по дугам со сменой ног.

1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия.
2. Бег со сменой лидера с ведением.
3. Бег зигзагом по 4 человека.
4. Ведение с обводкой двух стоек на 360°, ведение змейкой по 4 человека.
5. Игра.

***Тема 55-58. Ведение по кругу***. Обучить ведению мяча по кругу с изменением скорости и направления движения.

1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия.
2. ОРУ с мячами.
3. Ведение, остановка, передача мяча партнёру.
4. Ведение мяча в парах.

***Тема 59-61. Удар мяча в ворота***. Обучить работе в парах, в тройках. Должны уметь выполнять удар мяча с различных позиций.

1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия.
2. Общеразвивающие упражнения.
3. Работа в парах и тройках.
4. Ведение мяча с переводом с правой ноги на левую.
5. Удар мяча по воротам с места и после остановки.

***Тема 62-64. Удар мяча левой ногой***. Обучить удару мяча по воротам с места и после ведения.

1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия.
2. ОРУ на координацию движения.
3. Ведение - удар - справа и слева.
4. Игра.

***Тема 65-68. Удар мяча правой ногой***. О**бучить удару мяча поворотам справа и слева.**

1. Построение в шеренгу, сообщение задач занятия.
2. Бег и ходьба с мячом.
3. Три передачи мяча с правой и с левой стороны.
4. Игры на развитие ловкости.

**Тематическое планирование внеурочной деятельности**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Названия разделов и тем | Общее количество часов | Часы аудиторных занятий | Часы внеаудиторных активных занятий | Дата проведения | |
| План | Факт |
| 1-2. | Техника безопасности на занятиях. Правила игры в футбол. | 2 | 1 | 1 | 1 нед. |  |
| 3-4. | Техника игры в футбол. Тактика игры в футбол. | 2 |  | 2 | 2 нед. |  |
| 5-6. | Общеразвивающие упражнения без предметов. |  |  | 2 | 3 нед. |  |
| 7-8. | Удары по мячу головой. |  |  | 2 | 4 нед. |  |
| 9-10. | Ведение мяча. |  |  | 2 | 5 нед. |  |
| 11-12. | Отбор мяча. |  |  | 2 | 6 нед. |  |
| 13-14. | Техника игры вратаря. |  |  | 2 | 7 нед. |  |
| 15-16. | Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. |  |  | 2 | 8 нед. |  |
| 17-18. | Отбивание мяча без прыжка и в прыжке. |  |  | 2 | 9 нед. |  |
| 19-20. | Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук. |  |  | 2 | 10 нед. |  |
| 21-22. | Повороты вперёд |  |  | 2 | 11 нед. |  |
| 23-24. | Повороты назад. |  |  | 2 | 12 нед. |  |
| 25-26. | Прием мяча на месте. Обучить приемам остановки мяча. |  |  | 2 | 13 нед. |  |
| 27-28. | Передача мяча. Обучить технике передачи мяча на месте и в движении. |  |  | 2 | 14 нед. |  |
| 29-30. | Передача мяча левой ногой. Обучить технике передачи мяча на месте и в движении. |  |  | 2 | 15 нед. |  |
| 31-32. | Передача мяча правой ногой. Обучить передаче мяча отскоком от пола. |  |  | 2 | 16 нед. |  |
| 33-34. | Передача одной ногой с места. Обучить технике передачи одной ногой на месте. |  |  | 2 | 17 нед. |  |
| 35-38. | Ведение мяча. Обучить технике ведения мяча на месте и в движении. |  |  | 4 | 18-19 нед. |  |
| 39-42. | Прием мяча с низким отскоком. Обучить технике низкого ведения на месте и в движении. |  |  | 4 | 20-21 нед. |  |
| 43-44. | Ведение мяча с отскоком. Обучить ведению мяча со зрительным контролем и без. |  |  | 2 | 22 нед. |  |
| 45-48. | Ведение мяча на месте. Обучить технике ведения мяча на месте. |  |  | 4 | 23-24 нед. |  |
| 49-52. | Ведение по прямой. Обучить ведению мяча по прямой с различной скоростью, со встречным противником. |  |  | 4 | 25-26 нед. |  |
| 53-54. | Ведение по дугам. Обучить ведению мяча по дугам со сменой ног. |  |  | 2 | 27 нед. |  |
| 55-58. | Ведение по кругу. Обучить ведению мяча по кругу с изменением скорости и направления движения. |  |  | 4 | 28-29 нед. |  |
| 59-61. | Удар мяча в ворота. Обучить работе в парах, в тройках. Должны уметь выполнять удар мяча с различных позиций. |  |  | 3 | 30-31 нед. |  |
| 62-64. | Удар мяча левой ногой. Обучить удару мяча по воротам с места и после ведения. |  |  | 3 | 31-32 нед. |  |
| 65-68. | Удар мяча правой ногой. Обучить удару мяча поворотам справа и слева. |  |  | 4 | 32-34 нед. |  |