

Содержание

Раздел	Стр.
1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности	3
2. Содержание курса внеурочной деятельности	5
3. Тематическое планирование, в том числе с учётом рабочей программы воспитания, с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы, с формированием функциональной грамотности	6

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения предмета

отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия мини-футболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях мини-футболом стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Мини-футбол развивает такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в мини-футболе способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Мини-футбол позволяет выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение мини-футбольного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты освоения предмета

характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом, активное использование мини-футбола в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по мини-футболу.

Предметные результаты освоения

характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по мини-футболу.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности мини-футбол;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в мини-футболе;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;
- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в мини-футболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по мини-футболу.

Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ.	Кол-во часов.
1	ОФП	20
2	Специальная подготовка.	16
3	Техническая подготовка.	22
4	Тактическая подготовка.	22
	Итого часов в год.	80

Поурочный учебный план состоит из 80 занятий продолжительностью 1 час каждое.

В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 68 занятий по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины) преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных.

Тематическое планирование, в том числе с учётом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№	Тема занятия	Количество часов	Формирование ФГ
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	Читательская грамотность
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	
3	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1	
4	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	1	
5	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	
6	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	1	Естественно-научная грамотность
7	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	
8	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	1	
9	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча»	1	
10	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	1	
11	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	
12	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	Креативное мышление

13	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	
14	Подвижные игры.	1	
15	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	
16	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1	
17	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	
18	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	
19	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1	Финансовая грамотность
20	Товарищеская игра.	1	
21	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1	
22	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1	
23	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1	
24	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	
25	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	
26	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	
27	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	

28	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	
29	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	
30	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1	
31	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления	1	
32	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1	
33	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1	
34	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	
35	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	Математическая грамотность
36	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1	
37	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	1	
38	Тренировка выносливости, изменение направления движений по си	1	
39	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	
40	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1	
41	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1	
42	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	1	
43	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	1	

44	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1	
45	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	1	
46	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	1	
47	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	
48	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	1	
49	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	1	
50	Товарищеская игра МБОУ СОШ №1 – МБОУ СОШ №14.	1	
51	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	1	
52	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1	
53	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1	
54	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.	1	
55	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.	1	Финансовая грамотность
56	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	1	
57	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	1	
58	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	1	
59	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	1	

60	Игра на опережение, старты из различных положений.	1	
61	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	1	
62	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	1	
63	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	
64	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	1	
65	Прием мяча различными частями тела.	1	
66	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1	Глобальные компетенции
67	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	1	
68	Двусторонняя учебная игра.	1	
69	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	
70	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	1	
71	Старты из различных положений, двусторонняя игра.	1	
72	Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.	1	
73	Двусторонняя учебная игра.	1	
74	Двусторонняя учебная игра.	1	
75	Двусторонняя учебная игра.	1	

76	Двусторонняя учебная игра.	1	
77	Двусторонняя учебная игра.	1	
78	Двусторонняя учебная игра.	1	
79	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1	
80	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1	Математическая грамотность