

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа с.Мраково
МР Гафурийский район Республики Башкортостан**

Рассмотрено
Руководитель МО
_____/Садыкова Н.Р./
Протокол № 1 от
«27» августа 2020г.

Согласовано
Заместитель
руководителя по УВР
МКОУ ООШ
с. Мраково
_____/Муллабаева
Г.Т./
«27_» августа 2020г.

Утверждаю
директор МКОУ ООШ
с.Мраково
_____/Романов С.Л./
Приказ №97 от
«27» августа 2020г.



**Рабочая программа
внеурочной деятельности**

Направление: Спортивно-оздоровительное направление.

Наименование: Друзи со спортом

Класс: 5,6

Уровень образования: основное общее образование

Срок реализации программы: 1года

Составитель: Романова С.В.

**Роман
ов
Сергей
Леонид
ович**

Подпись: Романов Сергей Леонидович
ИН: ИВН-021002812238,
СНПР-02070002219,
Европ. 2019@inbox.ru, СНРД,
3-Республика Башкортостан, Лич.
Мраково, О-МУНИЦИПАЛЬНОЕ
КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ОСНОВНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.
МРАКОВО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ГАФУРИЙСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ
БАШКОРТОСТАН, СН-Сергей
Леонидович, SN-Романов,
ООД 1.2.840.115549.1.9.2-12.643.3.81.1.1.
6.502710.3.4.2.1, СН-Романов Сергей
Леонидович.
Описание: Я являюсь автором этого
документа.
Мастерподписание: место подписания
Дата: 2021-02-06 10:27:55
Font Reader Версия: 9.7.2

2020 г

1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ДРУЖИ СО СПОРТОМ»

Рабочая программа обеспечивает достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

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.

Основная образовательная программа учреждения 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 предметов опыт 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» 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» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *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.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать и понимать* речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых 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.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Дружи со спортом» С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Раздел	Содержание
1	История футбола	Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.
2	Передвижения и остановки	Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)
3	Удары по мячу	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы Удары по летящему мячу серединой подъема Удары по летящему мячу серединой лба Удары по летящему мячу боковой частью лба Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь
4	Остановка мяча	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы Остановка мяча грудью Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы
5	Ведение мяча и обводка	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника) Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника Ведение мяча с активным сопротивлением защитника Обводка с помощью обманных движений (финтов)
6	Отбор мяча	Выбивание мяча ударом ногой

7	Вбрасывание мяча	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом
8	Игра вратаря	Ловля катящегося мяча Ловля мяча, летящего навстречу Ловля мяча сверху в прыжке Отбивание мяча кулаком в прыжке Ловля мяча в падении (без фазы полёта)
9	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.
10	Тактика игры	Тактика свободного нападения Позиционные нападения без изменения позиций Позиционные нападения с изменением позиций Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите Двусторонняя учебная игра
11	Подвижные игры и эстафеты	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности
12	Физическая подготовка	Развитие скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Календарно-тематическое планирование 5-6 классов

(1 раз в неделю – 34 часа)

№ п\п	Дата		Тема занятия	Примечание
	План.	Факт.		
1	07.09.		Инструктаж по ТБ. Введение. История футбола	
			Передвижения и остановки	
2	14.09.		Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	
3	21.09.		Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	
			Удары по мячу	
4	28.09.		Удары по неподвижному и катящемуся мячу	

			внутренней стороной стопы и средней частью подъема	
5	06.10.		Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	
6	12.10.		Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	
7	19.10.		Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	
8	09.11.		Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	
9	16.11.		Удары по летящему мячу серединой подъема	
10	23.11.		Удары по летящему мячу серединой лба	
11	30.11.		Удары по летящему мячу боковой частью лба	
12	07.12.		Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	
13	14.12.		Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	
			Остановка мяча	
14	21.12.		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	
15	28.12.		Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	
16	18.01.		Остановка мяча грудью	
17	25.01.		Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	
			Ведение мяча и обводка	
18	01.02.		Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	
19	08.02.		Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	
20	15.02.		Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	
21	22.02.		Обводка с помощью обманных движений (финтов)	
			Отбор мяча	
22	01.03.		Выбивание мяча ударом ногой	
23	09.03.		Отбор мяча перехватом	
24	15.03.		Отбор мяча толчком плеча в плечо	
25	22.03.		Отбор мяча в подкате	

			Вбрасывание мяча	
26	05.04.		Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	
			Игра вратаря	
27	12.04.		Ловля катящегося мяча	
28	19.04.		Ловля мяча, летящего навстречу	
29	26.04.		Ловля мяча сверху в прыжке	
30	03.05.		Отбивание мяча кулаком в прыжке	
31	10.05.		Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	
			Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	
32	17.05.		Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	
			Тактика игры	
33	24.05.		Тактика свободного нападения	
34	24.05.		Позиционные нападения без изменения позиций	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575838

Владелец Романов Сергей Леонидович

Действителен с 03.03.2021 по 03.03.2022