

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ТАТАРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
ПЕРВОМАЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.С.ЕРЁМИНА

ПРИНЯТО
решением методического объединения
учителей начальных классов
Протокол № 1 от 27.08.2026г.

СОГЛАСОВАНО
28.08.2026 г.
Зам. директора по ВР
 Васильева О.Н.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(ID 10552888)

«Футбол. Флорбол»

(секция)

Уровень начального общего образования

Срок освоения программы: 1 год (3-4 класс)

Составитель: Кныш С.А.,
учитель физкультуры

2026 год

Пояснительная записка

Общая характеристика курса внеурочной деятельности «Футбол. Флорбол»

Программа курса внеурочной деятельности «Футбол. Флорбол.» (далее — программа) разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов федеральной основной образовательной программы начального общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Задачей педагога, работающего по программе, является создание условий для гармоничного физического и личностного развития обучающихся через освоение навыков игры в футбол и флорбол, развитие у обучающегося ценностного отношения к здоровью, сохранение и укрепление традиционных российских духовно-нравственных ценностей.

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

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
3. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.04.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания на период до 2025 года».
5. Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
6. Приказ Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования».

Программа реализуется в работе с обучающимися 3–4 классов, в течение одного учебного года 1 раз в неделю, 34 учебных часа.

Занятия по программе проводятся в формах, соответствующих возрастным особенностям обучающихся: игра, игровая практика, практическое занятие. Следует отметить, что внеурочные занятия входят в общую систему воспитательной работы образовательной организации. Это помогает педагогу на практике связать учебный процесс с воспитательным, уделяя внимание не только здоровью, но и нравственному и социальному развитию детей.

Цель изучения курса внеурочной деятельности: формирование и развитие физических способностей обучающихся, совершенствование технических приемов и действий в футболе и флорболе.

Место курса внеурочной деятельности «Футбол. Флорбол» в образовательной программе.

Программа реализуется в работе с обучающимися 3–4 классов. В 2026–2027 учебном году запланировано проведение 34 внеурочных занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю в спортивном зале по средам.

Формы проведения занятий курса внеурочной деятельности - секция

1.Содержание курса внеурочной деятельности «Футбол. Флорбол»

3-4 классы

Футбол (17ч.)

Вводное занятие. Знания о футболе (1ч.) Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая гигиене. Подбор обще развивающих упражнений для разминки футболиста.

Спортивно-оздоровительная деятельность (8 ч.) Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста. Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Бой петухов», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану», «Ловцы игрока без мяча», «Всадники», «Квадрат с водящими», «Футбол крабов», «В одни ворота», «Взять крепость», «Быстрый танец», «Верни мяч головой капитану», «Отбери мяч» и др.

Тактические действия (8ч.) Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Техника выполнения открывания, отвлечения соперника. Техника выполнения приема «маневрирование». Передачи мяча и их предназначение.

Способы передачи мяча. Удары по воротам. Групповые тактические действия в атаке.

Действия против соперника без мяча и с мячом. Тактика игры вратаря: выбор места в воротах. Учебные игры в футбол

Флорбол (17ч.)

Основы знаний о флорболе. (1ч.) Краткие исторические сведения о возникновении игры: год рождения флорбола, основатель игры в флорбол, родина флорбола; первые шаги флорбола у нас в стране. Развитие флорбола среди школьников. Описание игры в мини-флорбол в школьном спортзале. Правила игры. Предупреждения травм при занятиях флорбола.

Двигательные умения и навыки. Техника и тактика флорбола (16ч.). Техника нападения. Действия без мяча. *Перемещения и стойки*: стартовая стойка (исходные положения) – основная. Ходьба, бег «скрестным шагом», остановка и повороты с перекладыванием клюшки в руках, перемещаясь лицом вперед. Действия с мячом. Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Тактические упражнения для разучивания приемов игры вратаря. Учебная игра.

Техника передачи и остановки мяча: -передача мяча на месте, (справа, слева); передача мяча в движении после ведения по прямой (шагом, бегом); передача мяча с отскоком от борта, с места, после ведения.

Техника ведения мяча: ведения мяча без отрыва клюшки по прямой шагом, бегом; с изменением направления движения, ведения мяча короткими толчками по прямой с ускорением.

Техника ударов и бросков по воротам: удар по воротам с места, после ведения, после передачи без обработки мяча; бросок по воротам с места, после ведения, после передачи с обработки мяча.

Техника защиты. Действие с клюшкой без мяча.

Перемещения и стойки: Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед и спиной. Перемещения приставными шагами лицом вперед, боком вперед.

Техника игры вратаря, остановка рукой мяча, летящего выше уровня плеч вратаря, отбивание катящегося мяча ногой.

Индивидуальные действия: выбор места на площадке для выполнения броска по воротам

или паса партнеру, выбор места для защитных действий.

Групповые действия. Комбинации из освоенных элементов техники с элементами групповых взаимодействий в двойках и тройках с мячом. Взаимодействия игроков на поле. Совершенствование изученных элементов техники, тактических действий в учебной игре.

2. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения обучающимися личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Гражданско-патриотическое воспитание:

- становление ценностного отношения к своей Родине - России;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности;
- сопричастность к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края;
- уважение к своему и другим народам;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

Духовно-нравственное воспитание:

- признание индивидуальности каждого человека;
- проявление сопереживания, уважения и доброжелательности;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям.

Эстетическое воспитание:

- уважительное отношение и интерес к художественной культуре, восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов;
- стремление к самовыражению в разных видах художественной деятельности.

Физическое воспитание:

- формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;
- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной);
- бережное отношение к физическому и психическому здоровью. Трудовое воспитание:

- осознание ценности труда в жизни человека и общества, ответственное потребление и бережное отношение к результатам труда, навыки участия в различных видах трудовой деятельности, интерес к различным профессиям.

Экологическое воспитание:

- бережное отношение к природе;
- неприятие действий, приносящих ей вред.

Ценности научного познания:

- первоначальные представления о научной картине мира;
- познавательные интересы, активность, инициативность, любознательность и самостоятельность в познании.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Овладение универсальными учебными познавательными действиями:

1) базовые логические действия:

- сравнивать объекты, устанавливать основания для сравнения, устанавливать аналогии;
- объединять части объекта (объекты) по определенному признаку;
- определять существенный признак для классификации, классифицировать предложенные объекты;
- находить закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях на основе предложенного педагогическим работником алгоритма;
- выявлять недостаток информации для решения учебной (практической) задачи на основе предложенного алгоритма;
- устанавливать причинно-следственные связи в ситуациях, поддающихся непосредственному наблюдению или знакомых по опыту, делать выводы;

2) базовые исследовательские действия:

- определять разрыв между реальным и желательным состоянием объекта (ситуации) на основе предложенных педагогическим работником вопросов;
- с помощью педагогического работника формулировать цель, планировать изменения объекта, ситуации;
- сравнивать несколько вариантов решения задачи, выбирать наиболее подходящий (на основе предложенных критериев);
- проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);
- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведенного наблюдения (опыта, измерения, классификации, сравнения, исследования);
- прогнозировать возможное развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях;

3) работа с информацией:

- выбирать источник получения информации;
- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;
- распознавать достоверную и недостоверную информацию самостоятельно или на основании предложенного педагогическим работником способа ее проверки;
- соблюдать с помощью взрослых (педагогических работников, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся) правила информационной безопасности при поиске информации в сети Интернет;
- анализировать и создавать текстовую, видео, графическую, звуковую, информацию в соответствии с учебной задачей;

самостоятельно создавать схемы, таблицы для представления информации.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:

1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументированно высказывать свое мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

- создавать устные и письменные тексты (описание, рассуждение, повествование);
- готовить небольшие публичные выступления;
- подбирать иллюстративный материал (рисунки, фото, плакаты) к тексту выступления;

2) совместная деятельность:

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат;
- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата; -
- выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающийся получит следующие предметные результаты:

- сформируется первоначальное представление о развитии футбола, флорбола, олимпийского движения;
- овладеют умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и т.д.);
- сформируются навыки систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- приобретут важные двигательные навыки, необходимые для игры в футбол, флорбол;
- овладеют основными терминологическими понятиями спортивной игры;
- будут знать о некоторых индивидуальных и групповых тактических действиях в атаке и в обороне;
- научатся проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- овладеют способностью преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке.
- научатся организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки;
- будут развивать умения взаимодействовать со сверстниками в игровых заданиях и игровой деятельности, соблюдая правила честной игры.

3. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на изучение каждой темы курса внеурочной деятельности «Футбол. Флорбол», и возможность использования по каждой теме электронных ресурсов

3-4 классы (34 часа)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Цифровые ресурсы
1	Вводное занятие.	1	Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая гигиене. Подбор обще развивающих упражнений для разминки футболиста.	Беседа	
2	Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста	1	Комплексы подготовительных и специальных упражнений	Практическое занятие	
3	Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу»	1	Подвижные игры (без мяча и с мячом)	Игровая практика	
4	Подвижные игры (без мяча и с мячом). «Бой петухов», «Мяч в стенку».	1	Подвижные игры (без мяча и с мячом)	Игровая практика	
5	Подвижные игры (без мяча и с мячом). «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану»	1	Подвижные игры (без мяча и с мячом)	Игровая практика	
6	Подвижные игры (без мяча и с мячом). «Точный удар», «Футбольный слалом».	1	Подвижные игры (без мяча и с мячом)	Игровая практика	
7	Подвижные игры (без мяча и с мячом). «Кто быстрее?», «Нападающие тройки», «Быстрее к флажку».	1	Подвижные игры (без мяча и с мячом)	Игровая практика	

8	Подвижные игры (без мяча и с мячом). «В одни ворота», «Взять крепость»	1	Подвижные игры (без мяча и с мячом)	Игровая практика	
9	Подвижные игры (без мяча и с мячом). «Бросок мяча ступнями», «Разорви цепь», «Обгони мяч»	1	Подвижные игры (без мяча и с мячом)	Игровая практика	
10	Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы футбола.	1	Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником.	Практическое занятие	
11	Стойка вратаря. Ловля катящегося и низколетающего мяча	1	Техника игры вратаря.	Практическое занятие	
12	Введение мяча в игру. Вбрасывание мяча из-за плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук.	1	Способы передачи мяча. Передачи мяча и их предназначение.	Практическое занятие	
13	Учебная игра в футбол	1	Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником.	Практическое занятие	
14	Техника выполнения приема «маневрирование». Передачи мяча и их предназначение. Способы передачи мяча. Удары по воротам	1	Техника выполнения открывания, отвлечения соперника. Техника выполнения приема «маневрирование».	Практическое занятие	
15	Групповые тактические действия в атаке и обороне.	1	Действия против соперника без мяча и с мячом.	Практическое занятие	
16	Тактика игры вратаря: выбор места в воротах.	1	Тактические упражнения для разучивания приемов игры вратаря.	Практическое занятие	

17	Учебная игра в футбол	1	Учебная игра в футбол по упрощенным правилам.	Игровая практика	
18	Инструктаж по охране труда. на уроках флорбола. История возникновения и развития флорбола. Правила игры. Терминология.	1	Краткие исторические сведения о возникновении игры: год рождения флорбола, основатель игры в флорбол, родина флорбола; первые шаги флорбола у нас в стране. Развитие флорбола среди школьников. Описание игры в мини-флорбол в школьном спортзале. Правила игры. Предупреждения травм при занятиях флорболом.	Беседа	
19	Розыгрыш спорного мяча. Техника свободного удара.	1	Техника нападения. Действия без мяча.	Практическое занятие	
20	Действия вратаря: ловля катящего, прыгающего и летящего мяча в стороне от вратаря. Учебная игра.	1	<i>Перемещения и стойки:</i> стартовая стойка (исходные положения) – основная	Практическое занятие	
21	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом и клюшкой. Учебная игра.	1	Ходьба, бег «скрестным шагом», остановка и повороты с перекладыванием клюшки в руках, перемещаясь лицом вперед. Действия с мячом.	Практическое занятие	
22	Тактика игры в нападении: быстрый прорыв, нападение широким фронтом. Учебная игра.	1	<i>Техника передачи и остановки мяча:</i> передача мяча на месте, (справа, слева); передача мяча в движении после ведения по прямой (шагом, бегом);	Практическое занятие	

			передача мяча с отскоком от борта, с места, после ведения.		
23	Игра в обороне: личная и командная защита. Учебная игра.	1	Взаимодействия игроков на поле.	Практическое занятие	
24	Игра в защите вблизи своих ворот в большинстве и в меньшинстве. Учебная игра.	1	Выбор места на площадке для выполнения броска по воротам или паса партнеру, выбор места для защитных действий.	Практическое занятие	
25	Двусторонняя игра. Учебная игра.	1	Комбинации из освоенных элементов техники с элементами групповых взаимодействий в двойках и тройках с мячом. Взаимодействия игроков на поле.	Практическое занятие	
26	Перемещения игрока по площадке с ведением мяча изученными способами с изменением направления и скорости движения. Учебная игра.	1	Техника ведения мяча: ведения мяча без отрыва клюшки по прямой шагом, бегом; с изменением направления движения, ведения мяча короткими толчками по прямой с ускорением.	Практическое занятие	
27	Подкидка мяча. Броски мяча на дальность и точность. Учебная игра.	1	Техника ударов и бросков по воротам: удар по воротам с места, после ведения, после передачи без обработки мяча; бросок по воротам с места, после ведения, после передачи с обработки мяча.	Практическое занятие	
28	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом и клюшкой. Учебная игра.	1	Перемещения и стойки Ходьба, бег, перемещаясь лицом вперед и спиной. Перемещения приставными шагами лицом	Практическое занятие	

			вперед, боком вперед.		
29	Действия вратаря: ловля катящего, прыгающего и стороне от вратаря. Учебная игра.	1	Техника защиты. Действие с клюшкой без мяча.	Практическое занятие	
30	Смена игроков. Личная, зонная и смешанная защита. Учебная игра.	1	Индивидуальные действия: выбор места на площадке для выполнения броска по воротам или паса партнеру, выбор места для защитных действий.	Практическое занятие	
31	Тактика игры в большинстве, спорного мяча. Учебная игра.	1	Совершенствование изученных элементов техники, тактических действий в учебной игре.	Практическое занятие	
32	Атака и защита широким фронтом. Тактика силового давления. Учебная игра.	1	Совершенствование изученных элементов техники, тактических действий в учебной игре.	Практическое занятие	
33	Учебная игра в флорбол	1	Совершенствование изученных элементов техники, тактических действий в учебной игре.	Практическое занятие	
34	Учебная игра в флорбол	1	Совершенствование изученных элементов техники, тактических действий в учебной игре	Практическое занятие	
Итого		34			

