

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования Вологодской области
Управление образования Администрации города Вологды
Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 7 имени 24 Краснознаменной
Евпаторийской гвардейской стрелковой дивизии»

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

 Е.А. Хайдина

Протокол заседания №1 от
«28» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Методист

 М.Г. Кованская

Педсовет №13 от
«29» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ "СОШ №7"

 М.В. Савкова

Педсовет №13 от
«30» августа 2023 г.



Программа
внеурочной деятельности учащихся

«Футбол»

Направление: общеобразовательная
(для учащихся 5-8-х классов)

Составитель:
Д.Ю. Балдин,
учитель физической культуры

Г. Вологда, 2023 г.

Пояснительная записка

Место программы в образовательном процессе

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Программа органично вписывается в сложившуюся систему физического воспитания в образовательных учреждениях. Благодаря этому ученики смогут более плодотворно учиться, меньше болеть. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по футболу различного масштаба.

Цели и задачи

Игра в футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры футбол.

Основными **задачами** программы являются:

- Укрепление здоровья;
- Содействие правильному физическому развитию;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- Привитие ученикам организаторских навыков;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу;
- Подготовка учащихся к соревнованиям по футболу.

Содержание программы

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития футбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

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, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям футболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении для этой цели учитель использует: объяснения, рассказ, замечания, команды, указания.

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:

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

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

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 подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Учебно-тематический план по футболу 5 класс (34 ч)

№	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	4
2	Специальная подготовка техническая	10
3	Специальная подготовка тактическая	5
4	ОФП	3
5	Соревнования, контрольные занятия	12
6	Итого	34

Учебно-тематический план по футболу 6 класс (34 часа)

№	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	5
2	Специальная подготовка техническая	9
3	Специальная подготовка тактическая	6
4	ОФП	2
5	Соревнования, контрольные занятия	12
6	Итого	34

Учебно-тематический план по футболу 7 класс (34 часа)

№	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	4
2	Специальная подготовка техническая	11
3	Специальная подготовка тактическая	4
4	ОФП	4
5	Соревнования, контрольные занятия	11
6	Итого	34

Учебно-тематический план по футболу 8 класс (34 часа)

№	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	6
2	Специальная подготовка техническая	8
3	Специальная подготовка тактическая	5
4	ОФП	4
5	Соревнования, контрольные занятия	11
6	Итого	34

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета

Личностные результаты 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, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия футболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях футболом стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. 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 футболе способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Футбол позволяет выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение футбольного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты 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 техники 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 футболу.

Предметные результаты 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 футбола.

Поурочное планирование рабочей программы курса 5 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	История возникновения футбола	Лекция
2-3	Овладение техникой передвижений. Подвижные игры	Практическое занятие
4	Учебная игра	Практическое занятие
5	Развитие футбола	Практическое занятие
6	Бег, прыжки	Практическое занятие
7-8	Овладение техникой приема и передачи мяча. Подвижные игры	Практическое занятие
9	Учебная игра	Практическое занятие
10-11	Овладение техникой удара. Подвижные игры	Практическое занятие
12	Учебная игра	Практическое занятие
13-14	Удары в створ ворот. Подвижные игры	Практическое занятие
15	Учебная игра	Практическое занятие
16-17	Овладение техникой отбора мяча	Практическое занятие

18	Учебная игра	Практическое занятие
19	Индивидуальные действия	Практическое занятие
20	Учебная игра	Практическое занятие
21	Групповые действия	Практическое занятие
22	Учебная игра	Практическое занятие
23	Командные действия	Практическое занятие
24	Учебная игра	Практическое занятие
25- 26	Тактика защиты	Практическое занятие
27	Учебная игра	Практическое занятие
28	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам	Практическое занятие
29	Жесты судей	Практическое занятие
30	Учебная игра	Практическое занятие
31	Гимнастические упражнения	Практическое занятие
32	Правила игры в мини-футболе	Практическое занятие
33	Бег, прыжки	Практическое занятие
34	Учебная игра	Практическое занятие
	Всего	34

Поурочное планирование рабочей программы курса 6 класс

<i>№ n/n</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	История возникновения футбола	Лекция
2-3	Подвижные игры	Практическое занятие
4	Учебная игра	Практическое занятие
5	Развитие футбола	Практическое занятие

6	Бег, прыжки	Практическое занятие
7-8	Овладение техникой приема и передачи мяча.	Практическое занятие
9	Учебная игра	Практическое занятие
10-11	Овладение техникой удара.	Практическое занятие
12	Учебная игра	Практическое занятие
13-14	Удары в створ ворот.	Практическое занятие
15	Учебная игра	Практическое занятие
16-17	Овладение техникой отбора мяча	Практическое занятие
18	Учебная игра	Практическое занятие
19	Физическая подготовка футболиста	Практическое занятие
20	Учебная игра	Практическое занятие
21	Групповые действия	Практическое занятие
22	Учебная игра	Практическое занятие
23	Командные действия	Практическое занятие
24	Учебная игра	Практическое занятие
25-26	Тактика защиты	Практическое занятие
27	Учебная игра	Практическое занятие
28	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам	Практическое занятие
29	Жесты судей	Практическое занятие
30	Учебная игра	Практическое занятие
31	Общеразвивающие упражнения	Практическое занятие
32	Правила игры в мини-футболе	Практическое занятие
33	Бег, прыжки	Практическое занятие
34	Учебная игра	Практическое занятие

	Всего	34
--	-------	----

Поурочное планирование рабочей программы курса 7 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	История возникновения футбола	Лекция
2-3	Удары по мячу ногой	Практическое занятие
4	Учебная игра	Практическое занятие
5	Развитие футбола	Практическое занятие
6	Удары по мячу головой	Практическое занятие
7-8	Овладение техникой приема и передачи мяча.	Практическое занятие
9	Учебная игра	Практическое занятие
10-11	Остановка мяча	Практическое занятие
12	Учебная игра	Практическое занятие
13-14	Удары в створ ворот.	Практическое занятие
15	Ведение мяча	Практическое занятие
16-17	Овладение техникой отбора мяча	Практическое занятие
18	Учебная игра	Практическое занятие
19	Физическая подготовка футболиста	Практическое занятие
20	Учебная игра	Практическое занятие
21	Обманные движения	Практическое занятие
22	Учебная игра	Практическое занятие
23	Отбор мяча	Практическое занятие

24	Учебная игра	Практическое занятие
25-26	Тактика защиты	Практическое занятие
27	Учебная игра	Практическое занятие
28	Введение мяча из-за боковой линии	Практическое занятие
29	Жесты судей	Практическое занятие
30	Учебная игра	Практическое занятие
31	Общеразвивающие упражнения	Практическое занятие
32	Правила игры в мини-футболе	Практическое занятие
33	Техника игры вратаря	Практическое занятие
34	Учебная игра	Практическое занятие
	Всего	34

Поурочное планирование рабочей программы курса 8 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Формы проведения занятий</i>
1	История возникновения футбола в России	Лекция
2-3	Подвижные игры	Практическое занятие
4	Отбор мяча	Практическое занятие
5	Техника игры вратаря	Практическое занятие
6	Удары по мячу головой	Практическое занятие
7-8	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам	Практическое занятие
9	Учебная игра	Практическое занятие
10-11	Остановка мяча	Практическое занятие
12	Удары по мячу ногой на точность	Практическое занятие

13-14	Жонглирование мячом	Практическое занятие
15	Ведение мяча	Практическое занятие
16-17	Овладение техникой отбора мяча	Практическое занятие
18	Учебная игра	Практическое занятие
19	Отбор мяча	Практическое занятие
20	Тактика защиты	Практическое занятие
21	Обманные движения	Практическое занятие
22	Учебная игра	Практическое занятие
23	Отбор мяча	Практическое занятие
24	Учебная игра	Практическое занятие
25-26	Тактика защиты	Практическое занятие
27	Учебная игра	Практическое занятие
28	Введение мяча из-за боковой линии	Практическое занятие
29	Отбор мяча	Практическое занятие
30	Учебная игра	Практическое занятие
31	Введение мяча	Практическое занятие
32	Правила игры в мини-футболе	Практическое занятие
33	Техника игры вратаря	Практическое занятие
34	Учебная игра	Практическое занятие
	Всего	34

Методические материалы для учителя

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
2. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. В.Я. Кикотия, И.С. Барчукова. - М.: Юнити, 2016. - 431 с.
3. Баженова, Е.А. Английский язык для направления "Физическая культура" / Е.А. Баженова. - М.: Academia, 2018. - 192 с.
4. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: Учебное пособие / В.А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. - М.: Альфа-М, 2017. - 352 с.
5. Барчуков, И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. - М.: Academia, 2017. - 304 с.
6. Барчуков, И.С. Физическая культура / И.С. Барчуков. - М.: Academia, 2017. - 416 с.
7. Барчуков, И.С. Физическая культура: методики практического обучения (для бакалавров) / И.С. Барчуков. - М.: КноРус, 2018. - 62 с.
8. Барчукова, Г.В. Физическая культура: настольный теннис: Учебное пособие / Г.В. Барчукова, А.Н. Мизин. - М.: Советский спорт, 2015. - 312 с.
9. Бишаева, А.А. Физическая культура (для бакалавров) / А.А. Бишаева, В.В. Малков. - М.: КноРус, 2018. - 167 с.

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы интернет

- Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru>
- Российский образовательный портал: <http://www.school.edu.ru>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов:
www.school-collection.edu.ru
- Каталог учебных изданий, электронного оборудования и электронных образовательных ресурсов для общего образования <http://www.ndce.edu.ru>
- Школьный портал <http://www.portalschool.ru>
- Российский портал открытого образования <http://www.opennet.edu.ru>
- Сеть творческих учителей www.it-n.ru
- Журнал «Наука и образование» www.edu.rin.ru