

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Михайловская средняя общеобразовательная школа»
Бурлинского района Алтайского края**

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель директора по
воспитательной работе

Директор школы



Розенбах Н.В.

Манилов В.В.

Приказ № 206 от 31.08.2023 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Футбол»

на 2023 – 2024 учебный год

Всего часов на учебный год: 34

Количество часов в неделю: 1

Составил: И.А. Шимко

учитель физической культуры

с. Михайловка

2023

Пояснительная записка

Курс внеурочной деятельности «Футбол» на 2023-2024 учебный год составлен на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки России от 31.05.2021 № 287 (далее – обновленный ФГОС ООО);
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. №400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. №ТВ–1290/03 «О направлении методических рекомендаций» (Информационно-методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования);
- Приказ Минпросвещения России от 18.05.2023 N 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования";
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 (далее–СП2.4.3648-20);
- Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Михайловская СОШ» Бурлинского района Алтайского края;
- Рабочей программы воспитания МБОУ «Михайловская СОШ»;
- Устава МБОУ «Михайловская СОШ»;
- Положение о внеурочной деятельности МБОУ «Михайловская СОШ»;
- Календарного учебного графика МБОУ «Михайловская СОШ» на 2023 – 2024 учебный год.

Цель программы – базовое изучение спортивной игры футбол (мини-футбол).

Основными задачами программы являются: укрепление здоровья; содействие правильному физическому развитию; приобретение необходимых теоретических знаний; овладение основными приёмами техники и тактики игры; воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы; привитие ученикам организаторских навыков; повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол); подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

Программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю) в 5-9 классах

По окончании обучения дети получают возможность научиться:

1. Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе.

2. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.

Учащиеся должны знать и иметь представление:

- 1) об особенностях зарождения, истории мини-футбола,
- 2) о физических качествах и правилах тестирования;
- 3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;
- 4) основы судейства игры мини-футбол.

Учащиеся должны уметь:

- 1) выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- 2) владеть тактико-техническими приемами мини-футбола,
- 3) уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- 4) организовывать и проводить соревнования по мини-футболу, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

Система оценки достижения планируемых результатов.

Определяя результаты реализации дополнительных образовательных программ, необходимо различать среди них следующие:

- выделенные по времени фиксирования: конечные (итоговые), промежуточные, текущие;
- по факту преднамеренности: планируемые (запланированные, предусмотренные) и стихийно полученные (незапланированные, случайные, непреднамеренные);
- по отношению к целям (по соотношению с целями): “целесообразные” и “нецелесообразные (т.е. соответствующие поставленным целям и задачам и не соответствующие им полностью или частично);
- по качеству: позитивные (достижения) и негативные (неудачи, ошибки);
- по степени значимости: значимые (социально, лично, профессионально) в высокой, средней, низкой степени и малозначимые (незначимые).

Оценка образовательной деятельности ребенка должна осуществляться по учебным (чаще всего предметным) параметрам. При этом о результатах образования детей судят, прежде всего, по итогам их участия в конкурсах, смотрах, олимпиадах; получению спортивных разрядов, награждению грамотами и другими знаками отличия. И это вполне понятно: такие результаты наиболее ощутимы и очевидны.

Но далеко не каждый ребенок способен подняться до уровня грамот и призовых мест. Также фиксация преимущественно предметных результатов зачастую искажает диапазон истинных достижений ребенка, поскольку вне поля зрения остаются его личностные результаты.

Конечно, формирование личностных качеств – процесс длительный, он носит отсроченный характер, их гораздо сложнее выявить и оценить. Тем не менее, выявлять результаты образовательной деятельности детей, причем во всей

их полноте, необходимо каждому педагогу. Это обусловлено самой спецификой дополнительного образования детей.

Таким образом, поскольку образовательная деятельность в системе внеурочной деятельности предполагает не только обучение детей определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся. О ее результатах необходимо судить по двум группам показателей:

- предметным (фиксирующим приобретенные ребенком в процессе освоения образовательной программы предметные и общеучебные знания, умения, навыки);
- личностным (выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном кружке).

Для ребенка большое значение имеет оценка его труда родителями, поэтому педагогу надо продумать систему работы с родителями. В частности, контрольные мероприятия можно совмещать с родительскими собраниями, чтобы родители могли по итоговым работам видеть рост своего ребенка в течение года.

Формы проведения аттестации детей по программе могут быть самыми разнообразными: зачет, соревнование, турнир, конкурс, сдача нормативов.

Главные требования при выборе формы – она должна быть понятна детям; отражать реальный уровень их подготовки; не вызывать у них страха и чувства неуверенности, не формировать у ребенка позицию неудачника, не способного достичь определенного успеха.

Содержание рабочей программы

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футбола (мини-футбол), правила соревнований.

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

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

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

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 часу в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

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:

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

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. 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 выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Нормативы по физической и технической подготовке

Упражнения	7-9 лет	10-12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет
Бег 30м (сек)	5,5	5,3	5,1	4,9	4,7	4,6
Бег 400м (сек)					67,0	65,0
6-минутный бег (м)				1400	1500	
Прыжок в длину с/м (см)	140	160	170	180	200	220
Бег 30м с ведением мяча (сек)	7,0	6,4	6,2	6,0	5,8	5,4
Бег 5х30м с ведением мяча (сек)					30,0	28,0

Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м)				45	55	65
Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	4	6	7	8	8	8
Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)					10,0	9,5
Жонглирование мячом (кол-во раз)	5	8	10	12	20	25
Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м)					30	34
Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)					45	50
Бросок мяча на дальность (м)					20	24

Ожидаемый результат

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и областных мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Календарно-тематическое планирование «Футбол» для 5-9 кл

№	Содержание материала	Часы	Дата	
			план	факт
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	1		
2	Основные правила игры в футбол	1		
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	1		
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1		
5	Ведение мяча	1		
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1		
7	Удар носком	1		
8	Удар серединой лба на месте	1		

9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1		
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	1		
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1		
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1		
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	1		
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1		
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1		
16	Обманные движения (финты)	1		
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	1		
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1		
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	1		
20	Резаные удары. Контрольные испытания	1		
21	Удар по мячу серединой лба	1		
22	Удар боковой частью лба	1		
23	Остановка катящегося мяча подошвой	1		
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1		
25	Остановка мяча грудью	1		
26	Совершенствование техники ведения мяча	1		
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	1		
28	Отбор мяча подкатом	1		
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	1		
30	Финт ударом. Финт остановкой	1		
31	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	1		
32	Тактические действия в нападении	1		
33	Двухсторонняя игра (Соревнование)	1		
34	Контрольные испытания	2		
	Итого	34		

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт, 2005.
2. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
3. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.

