

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.ШИРОКОЕ»
ТАТИЩЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

РАСМОТРЕНО на
заседании педагогического
совета
Протокол № 1 от
«31» 08 2023г.

\

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР

«31» 08 2023г.

_____ Т.А.Медведева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Футбол»

Уровень обучения (класс) основное общее образование 7-8 класс

Общее количество часов: 34

Количество часов в неделю: 1

Уровень базовый

Учитель: Фирсова А.А.

Программа разработана на основе примерной рабочей программы: физическая культура: 5-9 классы: В.И. Лях. – М: «Просвещение», 2014 год.

Предметная линия учебников В.И. Ляха., М.Я. Виленского. Изд. 7-е. Серия «Физическое воспитание» - М: «Просвещение», 2019 года.

**с. Широкое
2023**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Исходными документами для составления рабочей программы явились:

- Федерального Закона от 29 декабря 2012 года, №273 (Федеральный закон «Об образовании в РФ»);
- Требований к результатам основного общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения. В ней также учитываются идеи развития и формирования универсальных учебных действий для основного общего образования.
- Постановления Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации «Об утверждении СанПин 2.4.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 №189;
- Учебного плана МОУ «СОШ с. Широкое» на 2023-2024 учебный год;

Рабочая программа спортивного кружка «Футбол» составлена на основе программы по физической культуре: Программы общеобразовательных учреждений, комплексной программы физического воспитания 1 – 11 классы. Авторы В.И.Лях, А.А.Зданевич, Москва, «Просвещение», 2013 год.

Занятия футболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Футбол - это не только средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороной игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам.

Футбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга. Польза от занятий футболом огромна - это здоровье детей, это готовность к труду, это подготовка к военной службе. Кроме того, игра в футбол оказывает благотворное влияние на формирование творческой души, развитие физической силы и способностей. В игре растущий человек познает окружающий мир, жизнь, ищет себя.

ЦЕЛЬ

Цель программы заключается в гармоничном физическом и духовно-нравственном развитии личности учащихся, воспитании из них достойных представителей своего народа и патриотов своей Родины, граждан своего государства, сознающих ценность явлений жизни и человека.

ЗАДАЧИ программы «Футбол»:

- укрепление здоровья школьников;
- содействие правильному физическому развитию детского организма;

- овладение юными футболистами основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, навыков культурного поведения, чувства дружбы;
- развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию
- организация условий для полезного проведения свободного времени

Программа разработана для реализации по 1 часу в неделю. Программа рассчитана на учащихся 7-8 классов.

Содержание программы:

1. **Теоретическая подготовка:** Исторический процесс формирования физической культуры и спорта. Правила соревнований по мини-футболу. Технические и тактические приемы в мини-футболе. Гигиена и врачебный контроль.
2. **Общая физическая подготовка:** включает строевые упражнения, гимнастические, акробатические упражнения, спортивные и подвижные игры.
3. **Специальная физическая подготовка:** Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий, координации. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приема и передачи мяча, ведения мяча и различных видов ударов и остановок. Упражнения для развития скоростных и технических приемов.

Техническая подготовка:

- Правила игры в мини-футбол Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы. Упражнения без мяча: бег с изменением направления движения; бег с ускорением.
- Упражнения с мячом: ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы. Упражнения без мяча: бег с изменением направления движения; бег с ускорением; бег спиной вперед, бег «змейкой» и по кругу.
- Упражнения с мячом: ведение мяча носком ноги; удар с места и небольшого разбега по неподвижному мячу внутренней стороной

стопы.

- Остановка катящегося мяча внутренней и внешней стороной стопы.
- ОФП Жонглирование.
- Удары по мячу серединой подъема. Передвижения и прыжки.
- Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.
- Персональная оборона. Зонная оборона.
- Удары боковой частью стопы, серединой подъема, голенью.
- Финты.
- Остановка мяча грудью.
- Позиционное нападение с использованием расстановки игроков 1+3.
- Удары мяча внутренней и внешней стороной стопы, носком.
- опека соперника без мяча.
- Игра три на три

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из

базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основны

Учебно - тематическое планирование.

№	Тема	Кол – во часов
1	Теоретическая подготовка	2 часа
2	Общая физическая подготовка	7 часов
3	Специальная физическая подготовка	8 часов
4	Техническая подготовка	9 часов
5	Соревнования	4 часа
6	Контрольные испытания (приемные и переводные)	1 час
7	Тактическая подготовка	3 часа
Общее количество часов		34 часа