

*МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №2 с углублённым
изучением отдельных предметов» г. Реутов
143968, Московская обл., г. Реутов, Победы, д. 32; т/ф: 8(495) 528-03-73;
school2reut@mail.ru*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 2»

Приказ №__78а__ от ____
«27» ____мая____ 2022г.

Приказ №__78в__ от ____
«27» ____мая____ 2022г.

**Рабочая программа по курсу внеурочной
деятельности
«Футбол»**

Направленность: физкультурно-оздоровительная

Учебный год 2022-2023

Класс 1-3

Количество часов по учебному плану: в неделю 1, за год 34

Рабочую программу составил учитель: Резяпкин Д.А. / _____ /

Пояснительная записка

Данная Программа основывается на положениях основных законодательных и нормативных актов Российской Федерации и Московской области:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями).
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 25 мая 2015 г. № 996-р).
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196).
5. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41).
6. Общие требования к определению нормативных затрат на оказание государственных и муниципальных услуг в сфере образования, науки и молодежной политики, применяемых при расчете объема субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением (утверждены приказом Министерства образования и науки РФ от 22.09.2015 № 1040).
7. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).
8. О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Приложение к письму департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015 № 09-3564).
9. Примерные требования к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844).
10. Об учете результатов внеучебных достижений обучающихся (Приказ Министерства образования Московской области от 27.11.2009 № 2499).

Цель занятий: формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в футбол среди обучающихся школы, пропаганда ЗОЖ.

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:

- укрепления 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).

Адресат программы: учащиеся в возрасте 7-10 лет.

- Ребенку присуща сильная потребность в общении со сверстниками. Ведущим мотивом поведения ребенка является стремление найти свое место среди сверстников. Отсутствие такой возможности очень часто приводит к социальной неадаптированности и правонарушениям. Оценки товарищей начинают приобретать большее значение, чем оценки учителей и взрослых. Ребенок максимально подтвержден влиянию группы, ее ценностей; у него возникает большое беспокойство, если подвергается опасности его популярность среди сверстников.
- Пытаясь утвердиться в новой социальной позиции, ребенок старается выйти за рамки ученических дел в другую сферу, имеющую социальную значимость.
- Ситуация развития ребенка (биологические, психические, личностно-характерологические особенности подростка) предполагает кризисы, конфликты, трудности адаптации к социальной среде. ребенок, не сумевший благополучно преодолеть новый этап становления своего психо-социального развития, отклонившийся в своем развитии и

поведении от общепринятой нормы, получает статус «трудного». В первую очередь это относится к подросткам с асоциальным поведением. Факторами риска здесь являются: физическая ослабленность, особенности развития характера, отсутствие коммуникативных навыков, эмоциональная незрелость, неблагоприятное внешне-социальное окружение.

- Посещение секции «футбол» помогает подростку укрепить свое физическое состояние, проявить свои физические способности, что позволяет ему самоутвердиться в коллективе, доказать свою состоятельность. Кроме этого, футбол является командной игрой, в процессе игры, ребята общаются, приобретая новых друзей, что активизирует их социальную активность, расширяет круг их интересов.
- Новизна программы:
- Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа секции «Клуб юных волейболистов» по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер. . В процессе игры ребята проявляют положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.
- Новизна программы:
- Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа секции «Клуб юных волейболистов» по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер. . В процессе игры ребята проявляют положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.
- Новизна программы:
- Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа секции «Клуб юных волейболистов» по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер. . В процессе игры ребята проявляют положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Новизна программы:

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья учащихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа секции «футбол» по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер. . В процессе игры ребята проявляют положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Объём и срок освоения программы

Объём – 34 часа, срок освоения – 1 год.

Формы аттестации

Текущий контроль осуществляется периодически согласно учебному плану: сдача нормативов, выполнение упражнений и приемов, участие в эстафетах и подвижных играх.

Итоговым контролем являются такие формы как:

1. Эстафеты;
2. Спортивные соревнования;
3. Физкультурные праздники;
4. Товарищеские встречи.

Материально-техническое обеспечение

Спортивный зал, стадион, мячи футбольные, конусы, секундомер, судейский инвентарь

Содержание рабочей программы

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

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футбола, 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 применять 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 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.

Планируемые результаты

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.
- воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности,
- формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств;
- формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

Личностные результаты:

— формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;

- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории футбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами футбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в футбол.

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 краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Срок реализации:

Программа ориентирована на детей 1-3 класс без специальной подготовки. В группы принимаются дети, на добровольной основе. Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся 1 раза в неделю по 1 академическому часу.

В данной программе использованы следующие методы и формы обучения:

- Физические упражнения. Групповые и игровые формы работы, фронтальная форма работы.
- Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.
- Физкультурно-оздоровительная деятельность.
- Игровые формы работы.
- Самостоятельные занятия.
- Составление режима дня.
- Групповые и индивидуальные формы работы. Выполнение простейших комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (физкультминутки).
- Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Календарно-тематическое планирование

№	Содержание материала	Дата	
		план	фактич
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	02.09	
2	Основные правила игры в футбол	09.09	
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	16.09	
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	23.09	
5	Ведение мяча	30.09	
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	14.10	
7	Удар носком	21.10	
8	Удар серединой лба на месте	28.10	
9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	11.11	
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	25.11	
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	02.12	
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	09.12	
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	16.12	
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	23.12	
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	30.12	
16	Обманные движения (финты)	13.01	
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	20.01	
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	27.01	
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	03.02	
20	Резанные удары	10.02	

21	Удар по мячу серединой лба	24.02	
22	Удар боковой частью лба	02.03	
23	Остановка катящегося мяча подошвой	09.03	
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	16.03	
25	Остановка мяча грудью	30.03	
26	Совершенствование техники ведения мяча	13.04	
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	20.04	
28	Отбор мяча подкатом	27.04	
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	04.05	
30	Финт ударом	11.05	
31	Финт остановкой	18.05	
32	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	25.05	
33	Тактические действия в защите	28.05	
34	Итоговая игра.	30.05	