**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Чеченской Республики**

**Департамент образования Мэрии г. Грозного**

**МБОУ «СОШ № 67» г. Грозного**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  МО гуманитарного цикла  Протокол №1  от "29" августа 2024 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по МР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.У.Хайсмыкова |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности**

**«Футбол»**

г. Грозный 2024г.

**1.Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «Футбол» составлена в соответствии с программно-методическими материалами внеурочной деятельности учащихся «Футбол», пособие для учителей и методистов, автор Колодницкий Г.А., Москва, просвещение, 2011 г. и нормативно-правовыми документами:

1. Письмо Министерства образования и науки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской федерации»;
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
4. Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН СП-2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.
5. Федеральным законом от 24 июля 1998 г.№124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;
6. Нормативно-правовыми документами, регламентирующих деятельность МКОУ «Черницынская СОШ» Октябрьского района Курской области.

Футбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении.

 Интерес к футболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. Систематические 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.

В возрасте 14 - 15 лет необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите. Отличительной особенностью элементов является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства. Такие приемы техники, как передвижение, повороты, прыжки, входят составной частью в игровые действия.

Рабочая программа  внеурочной деятельности  «Футбол» для учащихся 9 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об актуальности программы.

**Актуальность программы.**

Актуальностьпрограммы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Программа рассчитана на 68 часов в год с проведением занятий два раза в неделю, продолжительность занятия 45 минут.

**Цель и задачи программы**

**Цель программы:**овладение отдельными элементами техники и тактики игры в футбол для развития физических способностей и всестороннего развития организма учащихся.

**Задачи программы:**

* пропагандировать здоровый образ жизни, укреплять здоровье, содействовать гармоническому физическому развитию учащихся;
* популяризировать футбол как вида спорта и активного отдыха;
* формировать у учащихся устойчивый интерес к занятиям футболом;
* обучать технике и тактике игры;
* развивать физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость);
* формировать необходимые теоретические знания;
* воспитывать моральные и волевые качества.

**2.Содержание программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Раздел** | **Содержание** |
| 1 | История футбола | Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена. |
| 2 | Передвижения и остановки | Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.  Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки) |
| 3 | Удары по мячу | Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема  Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема  Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема  Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком  Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы  Удары по летящему мячу серединой подъема  Удары по летящему мячу серединой лба  Удары по летящему мячу боковой частью лба  Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель  Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь |
| 4 | Остановка мяча | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой  Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы  Остановка мяча грудью  Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы |
| 5 | Ведение мяча и обводка | Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)  Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника  Ведение мяча с активным сопротивлением защитника  Обводка с помощью обманных движений (финтов) |
| 6 | Отбор мяча | Выбивание мяча ударом ногой |
| 7 | Вбрасывание мяча | Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом |
| 8 | Игра вратаря | Ловля катящегося мяча  Ловля мяча, летящего навстречу  Ловля мяча сверху в прыжке  Отбивание мяча кулаком в прыжке  Ловля мяча в падении (без фазы полёта) |
| 9 | Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом | Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам. |
| 10 | Тактика игры | Тактика свободного нападения  Позиционные нападения без изменения позиций  Позиционные нападения с изменением позиций  Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот  Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите  Двусторонняя учебная игра |
| 11 | Физическая подготовка | Развитие скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости. |

**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 2 часа 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 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.

**3.Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

*Личностными результатами* программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» являются формирование следующих умений:

* определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
* в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

*Метапредметными результатами* программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

* *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
* *проговаривать* последовательность действий;
* уметь *высказывать*своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
* средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
* учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку*деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Познавательные УУД:*

* добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
* перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

*Коммуникативные УУД:*

* умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать*и*понимать* речь других;
* совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
* учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

*Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:*

* осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**4. Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Наименование разделов, тем** | **Основные виды учебной деятельности** |
|
| 1 | **Физическая подготовка**  1.Общая физическая подготовка  2.Специальная физическая подготовка | Регулярно измеряют массу своего тела с помощью напольных весов.  Укрепляют мышцы спины и плечевой пояс с помощью специальных упражнений. Соблюдают элементарные правила, снижающие риск появления болезни глаз. Раскрывают значение нервной системы в управлении движениями и в регуляции основными системами организма.  Составляют личный план физического самовоспитания.  Выполняют упражнения для тренировки различных групп мышц.  Осмысливают, как занятия физическими упражнениями оказывают благотворное влияние на работу и развитие всех систем организма, на его рост и развитие |
| 2 | **Техническая подготовка** | Выполняют правила игры, уважительно относят­ся к сопернику и управляют своими эмоциями. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выяв­ляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности  Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относят­ся к сопернику и управляют своими эмоциями. |
| 3 | **Тактическая подготовка** | Выполняют правила игры, уважительно относят­ся к сопернику и управляют своими эмоциями. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выяв­ляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности  Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относят­ся к сопернику и управляют своими эмоциями. |
| 4 | **Подвижные игры футбольной направленности.** | Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выяв­ляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности  Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относят­ся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для заня­тий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного отдыха |

**Поурочное планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Тема занятия** | **Количество часов** | **дата** | | **Корректировка** |
| **план** | **факт** |
| 1 | Т/Б на спортивных играх. Организационный момент. | 1 | 02.09 |  |  |
| 2 | Основные правила игры в футбол | 2 | 04.09  09.09 |  |  |
| 3 | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы | 2 | 11.09  16.09 |  |  |
| 4 | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящего мяча внутренней стороной стопы | 2 | 18.09  23.09 |  |  |
| 5 | Ведение мяча | 2 | 25.09  30.09 |  |  |
| 6 | Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема | 2 | 02.10  14.10 |  |  |
| 7 | Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой ног. Учебная игра. | 2 | 16.10  21.10 |  |  |
| 8 | Ведение мяча по прямой. Учебная игра. | 2 | 23.10  28.10 |  |  |
| 9 | Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра. | 2 | 30.10  06.11 |  |  |
| 10 | Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра. | 2 | 11.11  13.11 |  |  |
| 11 | Передача и остановка мяча. Учебная игра. | 1 | 25.11 |  |  |
| 12 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 27.11 |  |  |
| 13 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 02.12 |  |  |
| 14 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 04.12 |  |  |
| 15 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 09.12 |  |  |
| 16 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 11.12 |  |  |
| 17 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 16.12 |  |  |
| 18 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 18.12 |  |  |
| 19 | Передача и остановка мяча. Учебная игра | 1 | 23.12 |  |  |
| 20 | Удары с места по воротам. Учебная игра. | 1 | 25.12 |  |  |
| 21 | Удары с места по воротам. Учебная игра. | 1 | 13.01 |  |  |
| 22 | Удары с места по воротам. Учебная игра. | 1 | 15.01 |  |  |
| 23 | Удары с места по воротам. Учебная игра. | 1 | 20.01 |  |  |
| 24 | Удары по воротам после ведения. Учебная игра. | 1 | 22.01 |  |  |
| 25 | Удары по воротам после ведения. Учебная игра. | 1 | 27.01 |  |  |
| 26 | Удары по воротам после ведения. Учебная игра. | 1 | 29.01 |  |  |
| 27 | Удары по воротам после ведения. Учебная игра. | 1 | 03.02 |  |  |
| 28 | Удары по воротам после ведения. Учебная игра. | 1 | 05.02 |  |  |
| 29 | Тактика игры в защите. Учебная игра. | 1 | 10.02 |  |  |
| 30 | Тактика игры в защите. Учебная игра | 1 | 12.02 |  |  |
| 31 | Тактика игры в защите. Учебная игра | 1 | 24.02 |  |  |
| 32 | Тактика игры в защите. Учебная игра | 1 | 26.02 |  |  |
| 33 | Тактика игры в защите. Учебная игра | 1 | 03.03 |  |  |
| 34 | Тактика игры в защите. Учебная игра | 1 | 05.03 |  |  |
| 35 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 1 | 10.03 |  |  |
| 36 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 1 | 12.03 |  |  |
| 37 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 1 | 17.03 |  |  |
| 38 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 1 | 19.03 |  |  |
| 39 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 1 | 24.03 |  |  |
| 40 | Тактика игры в нападении. Учебная игра. | 1 | 26.03 |  |  |
| 41 | Штрафной удар. Учебная игра. | 1 | 07.04 |  |  |
| 42 | Штрафной удар. Учебная игра. | 1 | 09.04 |  |  |
| 43 | Штрафной удар. Учебная игра. | 1 | 14.04 |  |  |
| 44 | Штрафной удар. Учебная игра. | 1 | 21.04 |  |  |
| 45 | Штрафной удар. Учебная игра. | 1 | 23.04 |  |  |
| 46 | Штрафной удар. Учебная игра. | 1 | 28.04 |  |  |
| 47 | Угловой удар. Учебная игра. | 1 | 30.04 |  |  |
| 48 | Угловой удар. Учебная игра. | 1 | 05.05 |  |  |
| 49 | Угловой удар. Учебная игра. | 1 | 07.05 |  |  |
| 50 | Угловой удар. Учебная игра. | 1 | 12.05 |  |  |
| 51 | Угловой удар. Учебная игра. | 1 | 14.05 |  |  |
| 52 | Розыгрыш аута. Учебная игра. | 2 | 19.05  21.05 |  |  |
| 53 | Пенальти. Учебная игра. | 1 | 26.05 |  |  |
| 54 | Соревнование. Итоговая игра | 1 | 28.05 |  |  |

**Материально-техническое и информационное обеспечение**

*Учебно-практическое оборудование*

|  |
| --- |
| * Перекладина гимнастическая (пристеночная) |
| * Стенка гимнастическая |
| * Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м) |
| * Комплект навесного оборудования |
| * Мячи: малый мяч (футзал), футбольные |
| * Мат гимнастический |
| * Кегли |
| * Обручи |
| * Ворота футбольные |

**Учебно-методическое обеспечение**

1. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2014 г.
2. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2014 г.
3. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2015 г.
4. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. – М., 2015.
5. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение. - М., 2016.
6. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности и пребывания учащихся в образовательных учреждениях во второй половине дня / Сост. В.И. Никулина, Н.В. Екимова. – Белгород, 2015.
7. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол», / Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. – М.: Просвещение, 2013 г.

|  |
| --- |
|  |