

МКУ Управление образования МО «Тарбагатайский район»
МБОУ «Нижнесаянтуйская» СОШ

Рассмотрено на совещании педагогов ДО

Протокол № 1 от «06» 09 2023г.

Зам. директора по ВР Л.А. Матанцева

Утверждаю

директор Б.Б. Митьпов

приказ № 489 от «06» 09 2023г.



Рабочая программа по футболу «Кожаный мяч»
2023- 2024 учебный год

Программу составил:
Кушекбаев Алексей Сергеевич
учитель физической культуры

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа предназначена для спортивной секции «Кожаный мяч» МБОУ «Нижнесаянтуйской» СОШ. Данная программа является программой, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения.

В секцию футбола привлекаются ребята в возрасте 10 - 15 лет. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп кружка по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Программа рассчитана на 68 часов в год (2 часа в неделю) и реализуется в течение 34 учебных недель.

Целью занятий в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес школьников к данному виду спорта.

В группе решаются определённые задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

2. 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:

- предметные - 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;
- личностные - готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные - освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные).

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» является 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.

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование 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.

3. Содержание программы

№	Раздел	Содержание
1	История футбола. Инструктаж по ТБ	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	Подвижные игры и эстафеты	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности
12	Физическая подготовка	Развитие скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения		Формы внеурочной деятельности
			По плану	Фактическая	
1	Введение. История футбола. Техника безопасности.	2	10.09.2023		Лекция. Беседа. Просмотр видеоматериалов
Передвижения и остановки (4 часа)					
2	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	2	17.09.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
3	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	2	24.09.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Удары по мячу (18 часов)					
4	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	2	10.01.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
5	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	2	08.10.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
6	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	2	15.10.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
7	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	2	22.10.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
8	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	2	29.10.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
9	Удары по летящему мячу серединой подъема	2	12.11.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
10	Удары по летящему мячу боковой частью лба	2	19.11.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
11	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	2	26.11.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
12	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	2	03.12.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Остановка мяча (6 часов)					
13	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	2	10.12.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
14	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	2	17.12.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
15	Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	2	24.12.2023		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Ведение мяча и обводка (8 часов)					
16	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	2	14.01.2024		Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

17	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	21.01.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
18	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2	28.01.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
19	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	2	04.02.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
Отбор мяча (8 часов)				
20	Выбивание мяча ударом ногой	2	11.02.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
21	Отбор мяча перехватом	2	18.02.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
22	Отбор мяча толчком плеча в плечо	2	25.02.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
23	Отбор мяча в подкате	2	03.03.2024	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Вбрасывание мяча (2 часа)				
	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	2	10.03.2024	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Игра вратаря (10 часов)				
25	Ловля катящегося мяча.	2	17.03.2024	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
26	Ловля мяча, летящего навстречу	2	24.03.2024	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
27	Ловля мяча сверху в прыжке	2	31.03.2024	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
28	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	2	14.04.2024	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом (2 часа)				
29	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	2	21.04.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
Тактика игры (12 часов)				
30	Тактика свободного нападения	2	28.04.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
31	Позиционные нападения без изменения позиций	2	05.05.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

32	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	2	12.05.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
33	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите	2	19.05.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
34	Двусторонняя учебная игра	2	26.05.2024	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Технические средства обучения:

- Стенка гимнастическая
- Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
- Комплект навесного оборудования (перекладина)
- Мячи: малый мяч (футзал), футбольные (№5)
- Стойки, конуса, фишки
- Координационная лестница
- Ворота футбольные

Печатные средства

обучения:

1. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.
2. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
3. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006 г.
4. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение. - М., 2011.
5. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол», / Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. - М.: Просвещение, 2011 г.