

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с. Широкое»

РАССМОТРЕНО на
заседании педагогического
совета

Протокол № 1 от

«31» августа 2017 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР

«31» августа 2017 г.

Медведева Т.А.
Медведева Т.А.



Рабочая программа

по спортивному кружку «Футбол»

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

Общее количество часов: 35

Количество часов в неделю: 1 Уровень базовый

Рабочая программа по физической культуре в 7 - 8 классах разработана на основе: Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования;

комплексная программа физического воспитания учащихся 7-8 классов

составитель: В.И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2014.

с. Широкое
2017 г

Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности кружка «Футбол» для 7-8 классов на 2017-2018 учебный год разработана в соответствии с требованиями **федерального государственного образовательного стандарта** основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2014 г.), с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-8 классы. - М.: Просвещение, 2015 год), учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-8 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2014).

Цель изучения учебного предмета «Футбол» в системе основного общего образования: содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих **задач**, направленных на:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основе системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

образовательных задач:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, лазанье, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика и лыжные гонки, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Большое значение в подростковом возрасте придается решению **воспитательных задач:**

- выработке привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время. На уроках физической культуры учитель должен обеспечить овладение учащимися организаторскими навыками проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- содействовать формированию у подростков адекватной оценки своих физических возможностей и мотивов к самосовершенствованию.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

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.

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

Содержание курса внеурочной деятельности

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки) Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.

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.

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.

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).

Отбор мяча

Выбивание мяча ударом ногой.

Вбрасывание мяча

Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.

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).

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом

Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.

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.

Подвижные игры и эстафеты

Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.

Игры, развивающие физические способности.

Физическая подготовка

Развитие скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

№ п/ п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Т/Б и правила поведения на спортивной площадке и в спортивном зале. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
2	Правила игры. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
3	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты.	1		
4	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой.	1		
5	Ведение мяча с обводкой стоек.	1		
6	Совершенствование ведения мяча с обводкой стоек. Челночный бег, совершенствование комбинаций из техники передвижений.	1		
7	Передача мяча и остановка мяча в парах на месте. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой.	1		
8	Совершенствование передачи мяча и остановки мяча в парах на месте. Эстафеты с ведением мяча.	1		
9	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	1		
10	Совершенствование ударов по мячу, остановки мяча. Игра в квадрате.	1		
11	Ввод мяча в игру. Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам.	1		
12	Т/Б по футболу. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника и ударом по воротам.	1		
13	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника и ударом по воротам. Эстафеты с ведением мяча.	1		
14	Совершенствование остановки мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы.	1		

15	Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	1		
16	Совершенствование остановки мяча. Совершенствование культуры передачи мяча и остановки мяча в парах, тройках.	1		
17	Жонглирование мячом. Совершенствование передачи мяча на месте и в движении.	1		
18	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъема.	1		
19	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.	1		
20	Т/Б. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъема.	1		
21	Удар по мячу серединой лба. Совершенствование ударов по летящему мячу.	1		
22	Игра в тройках с последующим ударом по воротам. Обводка с помощью обманных движений (финтов).	1		
23	Совершенствование техники обводки. Умение найти свободное пространство и занять его.	1		
24	Совершенствование техники открывания. Игра без мяча.	1		
25	Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу.	1		
26	Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке.	1		
27	Игра в защите. Отбор мяча ударом ногой.	1		
28	Отбор мяча перехватом. Отбор мяча корпусом.	1		
29	Отбор мяча в подкате. Совершенствование техники отбора мяча.	1		
30	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.	1		
31	Розыгрыш свободного удара. Розыгрыш штрафного удара. Т/Б. Розыгрыш углового удара.			
32	Эстафеты на развитие скоростных способностей. Выполнение комбинаций из	1		

	освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.			
33	Тактика игры. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.	1		
34	Учебная игра с тактическими задачами.	1		
35	Двусторонняя учебная игра с разбором ошибок.	1		

