

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя  
общеобразовательная школа с. Широкое»

РАССМОТРЕНО на  
заседании педагогического  
совета

Протокол № 1 от  
«28» августа 2021 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по ВР

«28» августа 2021 г.

*Мухоморова Г.А.*

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОУ  
«СОШ с.Широкое»

*Сошкина И.И.*  
И.И. Сошкина  
приказ от 27.08.21 № 193



## Рабочая программа

по спортивному кружку «Футбол»

Уровень обучения (класс) основное общее образование 5-9 класс

Общее количество часов: 35

Количество часов в неделю: 1 Уровень базовый

Учитель: Назарова Виктория Вячеславовна

Рабочая программа по физической культуре в 5 - 9 классах разработана на основе: Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования;

комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 классов составитель: В.И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2014.

с. Широкое  
2021 г

## Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности кружка «Футбол» для 5-9 классов на 2020-2021 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. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2015 год), учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5-9 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.

### Календарно-тематическое планирование

№ 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	1		



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

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

