

Комитет по образованию администрации города Заринска Алтайского края
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №15 с углублённым изучением отдельных
предметов
г.Заринска Алтайского края

РАССМОТРЕНА
На заседании ШМО
учителей естественно-
научного цикла
И.М Каморная
№1 от «26» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора
Т.Г.Прудникова
№1 от «28» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МБОУ СОШ
№15 с углубленным
изучением отдельных
предметов
П.И.Макашова
№1 от «28» 08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Футбол» для обучающихся (6А,6Б,6В)

(ID 4773697)

г. Заринск 2024 г.

Пояснительная записка модуля «Футбол»

Учебный модуль «Футбол» (далее – модуль по футболу, футбол) на уровне основного общего образования разработан с целью оказания методической помощи учителю физической культуры в создании рабочей программы по учебному предмету физическая культура с учётом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств и методов обучения по различным видам спорта.

Футбол – самая популярная и доступная игра, которая является эффективным средством физического воспитания, содействует всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению.

Футбол позволяет обучающимся понимать принципы взаимовыручки, проявлять волю, терпение и развивать чувство ответственности. В процессе игры формируется командный дух, познаются основы взаимодействия друг с другом.

Футбол – командная игра, в которой каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Психологический климат в команде играет определяющую роль и оказывает серьезное влияние на результат. Футбол дает возможность выработать коммуникативные навыки, развить чувство сплочённости и желание находить общий язык с партнером, а также решать конфликтные ситуации.

Систематические занятия футболом оказывают на организм обучающихся всестороннее влияние: повышают общий объем двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Модуль по футболу рассматривается как средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры как для мальчиков, так и для девочек, повышает умственную работоспособность, снижает заболеваемость и утомление у обучающихся, возникающее в ходе учебных занятий.

Целями изучения модуля по футболу являются: формирование

у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «Футбол».

Задачами изучения модуля по футболу являются:

всестороннее гармоничное развитие обучающихся, увеличение объёма их двигательной активности;

формирование общих представлений о футболе, его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся, укрепление их физического, нравственного, психологического и социального здоровья, обеспечение культуры безопасного поведения средствами футбола;

ознакомление и обучение физическим упражнениям общеразвивающей и корригирующей направленности посредством освоения технических действий в футболе;

ознакомление и освоение знаний об истории и развитии футбола, основных понятиях и современных представлениях о футболе, его возможностях и значениях в процессе развития и укрепления здоровья, физическом развитии обучающихся;

обучение двигательным умениям и навыкам, техническим действиям в футболе в образовательной деятельности, физкультурно-оздоровительной деятельности и при организации самостоятельных занятий по футболу;

воспитание социально значимых качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой деятельности средствами футбола;

удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом средствами футбола;

популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способность к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, футбольные секции и к участию в соревнованиях;

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Место и роль модуля по футболу. Модуль по футболу доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей, и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях. Расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате обучения и формирования новых двигательных действий средствами футбола, их использования в прикладных целях для увеличения объема двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

Интеграция модуля по футболу поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, гимнастике, а также в освоении программ в рамках внеурочной деятельности, дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к выполнению норм ГТО и участию в спортивных мероприятиях.

Модуль по футболу может быть реализован в следующих вариантах:

при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала по футболу с выбором различных элементов футбола, с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся;

в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого за счёт части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого образовательной организацией, включающей, в частности, учебные модули по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие удовлетворение различных интересов обучающихся (при организации и проведении уроков физической культуры с 3-х часовой недельной нагрузкой рекомендуемый объём в 5, 6, 7, 8, 9-х классах – по 34 часа);

в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов (рекомендуемый объём в 5, 6, 7, 8, 9-х классах –

по 34 часа).

Содержание модуля по футболу

Знания о футболе.

Сведения о ведущих отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях.

Выдающиеся отечественные и зарубежные игроки, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола.

Правила игры в футбол. Размеры футбольного поля, инвентарь и оборудование для занятий футболом. Судейство соревнований по футболу, роль и обязанности судейской бригады.

Соревнования по футболу, фестивали и футбольные проекты, проводимые для общеобразовательных организаций и обучающихся («Кожаный мяч», «Минифутбол – в школу», «Футбол в школе» и другие физкультурно-спортивные мероприятия).

Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем.

Правила безопасного поведения на занятиях футболом и стадионе во время просмотра игры в качестве зрителя, болельщика.

Характерные травмы футболистов, методы и меры предупреждения травматизма во время занятий.

Основы правильного питания и суточного пищевого рациона футболистов.

Влияние занятий футболом на укрепление здоровья, развитие физических качеств и физической подготовленности организма.

Основы организации здорового образа жизни средствами футбола, методы профилактики вредных привычек и асоциального поведения.

Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека.

Стратегии, системы, тактика и стили игры футбол.

Способы самостоятельной деятельности.

Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки.

Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием.

Подбор и составление комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений. Закаливающие процедуры.

Подбор физических упражнений и комплексов для развития физических качеств футболиста. Методические принципы построения частей урока (занятия) по футболу.

Методы предупреждения и нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом.

Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола. Контроль за физической нагрузкой, физическим развитием и состоянием здоровья.

Тестирование уровня физической и технической подготовленности в футболе.

Физическое совершенствование.

Подбор и составление комплексов общеразвивающих упражнений с футбольным мячом.

Комплексы специальных упражнений для развития физических качеств, упражнения на частоту движений ног и специально-беговые упражнения.

Подвижные игры и эстафеты специальной направленности с элементами и техническими приемами футбола.

Индивидуальные технические действия с мячом:

ведение мяча ногой – различными способами с изменением скорости и направления движения, с различным сочетанием техники владения мячом (развороты с мячом, обманные движения («финты»), удары по мячу ногой);

остановка мяча ногой – внутренней стороной стопы, подошвой, средней частью подъема, с переводом в стороны;

удары по мячу ногой – внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, средней частью подъема, внешней частью подъема;

удар по мячу головой – серединой лба;

обманные движения («финты») – «остановка» мяча ногой, «уход» выпадом, «уход» в сторону, «уход» с переносом ноги через мяч, «удар» по мячу ногой;

отбор мяча – выбиванием, перехватом;

Вбрасывание мяча.

Игровые комбинации и упражнения в парах, тройках, группах, тактические действия (в процессе учебной игры и (или) соревновательной деятельности). Игра в футбол по упрощенным правилам.

Учебные игры в футбол. Участие в фестивалях и соревнованиях по футболу.

Тестовые упражнения по физической и технической подготовленности обучающихся в футболе.

Планируемые результаты

Содержание модуля по футболу направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

Личностные результаты

При изучении модуля по футболу на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знания истории и современного состояния развития футбола;

проявление готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;

формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, положительных качеств личности;

моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий

физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

освоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения

в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях.

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях, способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности средствами футбола.

Метапредметные результаты

При изучении модуля по футболу на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты:

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач и собственные возможности их решения;

умение сопоставлять свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, определять и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе;

находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов;

формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот, схемы для тактических, игровых задач.

Предметные результаты

При изучении модуля по футболу на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

- понимание роли и значения занятий футболом в формировании личностных качеств, основ здорового образа жизни, укреплении и сохранении здоровья;
- знания правил соревнований по виду спорта футбол, состава судейской бригады их роли, обязанностей, основных функций и жесты;
- соблюдать правила игры футбол в учебных играх в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;
- знания правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- умение организовывать и проводить подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;
- умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;
- демонстрировать технику ударов по мячу ногой различными способами, удар по мячу головой, остановку мяча, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений («финтов»), отбора и вбрасывания мяча;
- умение применять изученные технические приемы в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности;
- анализировать выполнение технических приемов в футболе и находить способы устранения ошибок;
- выполнять игровые комбинации и упражнения в парах, тройках, группах и тактические действия с учетом игровых амплуа и ситуаций, в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности;
- умение оказывать первую помощь при травмах и повреждениях во время занятий футболом;
- соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем, знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности,

средств восстановления после физической нагрузки;

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке футболистов, а также знание методов тестирования физических качеств и умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования;

участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном, муниципальном, городском, региональном, всероссийском уровнях;

взаимодействие со сверстниками при выполнении групповых упражнений тактического характера, умение проявлять толерантность во время учебной и соревновательной деятельности

образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств методов обучения.

6 КЛАССЫ А,Б,В

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучени я	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всег о	Контрольн ые работы	Практическ ие работы		
1	Т/Б на занятии футбола. История российского футбола	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
2	Тактические действия игроков	1				
3	Личная гигиена. Режим дня	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/314090/
4	Ведение мяча прямо, влево, вправо, спин ой вперед	1				
5	Передача и остановка мяча	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/314090/
6	Жонглирование. Учебная игра	1				
7	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/326048
8	Техника удара головой	1				
9	Гладкий равномерный бег на развитие выносливости	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/

10	Техника передачи мяча низом	1				
11	Отбор мяча в группах	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792
12	Ведение мяча	1				
13	Техника остановки мяча стопой	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/
14	Передача мяча внутренней частью стопы	1				
15	Физическая подготовка человека. Учебная игра	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
16	Передача мяча головой					
17	Упражнения на развитие координации	1				
18	Прием мяча грудью	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/
19	Передачи мяча в движении	1				
20	Передачи мяча в группах, в парах	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/
21	Учебная игра 4*4	1				
22	Техника нижней передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7441/start/262982/
23	Техника удара на точность	1				
24	Техника высокой передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7451/start/314176/

25	Подвижные игры с элементами футбола	1				
26	Упражнения на развитие ловкости	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7446/start/314149/
27	Учебная игра	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/
28	Упражнения на развитие скоростных способностей	1				
29	Прыжки,многоскоки	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7450/start/263263/
30	Опорные прыжки через гимнастического козла	1				
31	Упражнения на развитие силовых способностей	1				
32	Удары по воротам с различной дистанции	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/7462/start/262762/
33	Тесты. Тактические действия игроков	1				
34	Учебная игра	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Библиографический список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе. А.П.Матвеев Методическое пособие.

Физическая культура 5-9 классы 2022г.

2. Петрова Т.В. Физическая культура: 5-7 классы. Учебник / Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров. - 6-е изд., стереотип. - М.: Вентана – Граф», 2020. - 110 □2□ с.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Библиографический список методических и учебных пособий, используемых в образовательном процессе:

1. Матвеев А.Г. Физическая культура. 5-9 классы учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень 13-е а\о изд. - М.: Просвещение, 2020. Приказ 283

Оборудование и приборы

1. Спортивные залы игровые
- 2 Пришкольный стадион
 1. Лыжная база
 2. Стенка гимнастическая
 3. Бревно гимнастическое напольное
 4. Бревно гимнастическое высокое
 5. Козёл гимнастический
 6. Конь гимнастический
 7. Канат для лазанья с механическим креплением
 8. Брусья разновысокие
 9. Мост гимнастический
 10. Планка для прыжков в высоту
 11. Стойки для прыжков в высоту
 12. Щиты с баскетбольными кольцами
 13. Сетки волейбольные
 14. Скамейки гимнастические

15. Маты гимнастические
16. Гантели
17. Коврики
18. Ленты
19. Кегли
20. Палки гимнастические
21. Скакалки гимнастические
22. Обручи гимнастические
23. Мячи набивные
24. Мячи малые (резиновые, теннисные)
25. Мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные)
26. Эстафетные палочки
27. Рулетки измерительные
28. Конусы
29. Футбольные ворота
30. Секундомер
31. Табло перекидное
32. Сетка для переноса мячей и хранения мячей
33. Жилетки игровые
34. Весы медицинские
35. Аптечка медицинская

Демонстрационный материал:

1.Таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности; 2.Плакаты методические по разделам программ

3.Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры и олимпийского движения.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕ1. [Электронный ресурс]
Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия: Современная, универсальная Российская
энциклопедия.-М.:ООО

«КиМ», 2006 г.

Интернет-ресурсы:

1. <http://fizkulturavshkole.ru/kriterii.html> - Физкультура в школе
2. <http://festival.1september.ru/> - Сайт «Фестиваль педагогических идей»
3. <http://www.edu.ru> Федеральный портал «Российское образование»
4. <http://www.uroki.ru> Образовательный портал «Учеба»
5. Аудиозаписи музыкальные диски.

Дата внесения изменений	Содержание	Реквизиты документа	Подпись лица, внёсшего запись
-------------------------	------------	---------------------	-------------------------------