





МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.КЛЕВЕНКА
ИВАНТЕЕВСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»

<p>«Рассмотрено» на заседании МС МОУ «ООШ с.Клевенка»  /С.А.Вишнякова/ Протокол №1 от «24» августа 2021г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МОУ «ООШ с.Клевенка»  /С.А.Вишнякова/ «24» августа 2021г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МОУ «ООШ с.Клевенка»  /Е.В.Матюх/  Приказ № 64 От «24» августа 2021г.</p>
--	--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

спортивно- оздоровительной направленности секции «Футбол»

Класс (ы) 5-9

Срок реализации программы 2021/2022 учебный год

Рабочую программу составила

Славкина Кристина Степановна учитель физической культуры

Рабочая программа составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- **Федеральный** закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29 декабря 2012 года;
- **Приказ** Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- **Приказ** Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373»;
- **Основная общеобразовательная программа** начального общего образования муниципального общеобразовательного учреждения «Основная общеобразовательная школа с.Клевенка Ивантеевского района Саратовской области»
- **Локальные акты** школы

Программа рассчитана на обучающихся 5-9 класса МОУ «ООШ с.Клевенка». Уровень подготовки учащихся позволяет изучать предполагаемый курс на базовом уровне.

Программа внеурочной деятельности предполагает следующие сроки изучения материала:

5-9 класс - 34 часа в год, 1 час в неделю.

Для реализации программного содержания используются следующие учебные пособия:

1. Андреев С.Н. Футбол твоя игра. – М.: Просвещение, 2006..
2. Гогунев Е.Н., Мартыянов Б.И, Психология физического воспитания и спорта. М.: АCADEMIA, 2000..
3. Дополнительное образование детей: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений \ Под ред. О.Е. Лебедева – М.: Гуманит. –изд центр ВЛАДОС, 2000.
4. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11х классов общеобразовательной школы, 2004.
5. Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: Физкультура и спорт, 2004.
6. Корякина Н.И., Жевлакова М.А., Кириллов П.Н. Образование для устойчивого развития: поиск стратегии, подходов, технологий: Метод. Пособие для учителя. – Спб., 2000.
7. Андреев С.Н., Левин В.С., Алиев Э.Г., Мини футбол (многолетняя подготовка юных футболистов в спортивных школах) – ОАО Издательство «Советский спорт» 2008.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Футбол»

Усвоение данной программы обеспечивает достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности.
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о способах профилактики заболеваний средствами физической культуры.

В области нравственной культуры:

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;

В области эстетики:

- красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

В области коммуникативной культуры:

- анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно

важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, а различных изменяющихся внешних условий;

- владение навыками

выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты:

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек и (отклоняющегося) поведения;

- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих,

проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- уважительное отношение к

окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- ответственное отношение к

порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий,

осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих их результативность выполнения заданий.

В области эстетической культуры:

- восприятие спортивного соревнования как культурно-

массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме;

- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты:

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- умение оказывать помощь товарищу при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

- обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры:

- способности вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

В области физической культуры:

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности «Футбол»

В результате освоения содержания программного материала по футболу, занимающиеся данной учебной группы должны знать и иметь представление:

- обосновывать значение занятий футболом в совершенствовании функциональных возможностей организма человека;
- выполнять правила безопасного поведения во время занятий футболом; игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола;
- классифицировать основные правила соревнований по футболу; наименования разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники; наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- понимать жесты футбольного арбитра;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях футболом;
- играть в футбол с соблюдением основных правил;
- проводить судейство по футболу.

Содержание курса

Теоретические сведения – 3 часа

- Физическая культура и спорт в России. Важнейшие решения Российского правительства по вопросам развития физической культуры и спорта. Массовый характер Российского спорта.
- Развитие футбола в России. Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.
- Врачебный контроль. Задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: масса, динамометрия, спирометрия, пульс. Субъективные данные: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, утомляемость, настроение. Дневник самоконтроля. Причины травм на занятиях по мини-футболу и их предупреждение.
- Правила игры, организация и проведение соревнований по мини-футболу. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

Общая и специальная физическая подготовка.

- Общеразвивающие упражнения без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.
- Упражнения с набивным мячом (1 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.
- Легкоатлетические упражнения. Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 30 м., до 2 x 60 м. Бег медленный до 10 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 800 м. Бег 200 и 500 м.
- Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».
- Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.
- Специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.
- Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.
- Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногами, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до

180°. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте.

Техническая подготовка.

- Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.

- Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным сопротивлением. Удары на точность.

- Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

- Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

- Обманные движения (финты). Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве.

- Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

- Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

- Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу

- Броски рукой на точность и дальность.

№ п/п	Тема	Теория	Практика
1	Теоретические сведения	4	0
2	Общая и специальная физическая подготовка.	0	7
3	Техническая подготовка.	0	23
	Всего:	4	30

«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.КЛЕВЕНКА
ИВАНТЕЕВСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»

<p>«Согласовано»</p> <p>Заместитель директора по УВР</p> <p>МОУ «ООШ с.Клевенка»</p> <p>_____ /С.А.Вишнякова/</p> <p>«__» _____ 2021 г.</p>	<p>«Утверждаю»</p> <p>Директор МОУ «ООШ с.Клевенка»</p> <p>_____ /Матюх Е.В./</p> <p>Приказ №64 От «24» августа 2021 г.</p> <p>Приложение к рабочей программе внеурочной деятельности спортивно- оздоровительной направленности секции «Футбол» утвержденной приказом директора МОУ «ООШ с.Клевенка» №64 от «24» августа 2021 года</p>
---	--

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

внеурочной деятельности
спортивно- оздоровительной направленности секции «Футбол»

Класс: 5-9

Учитель: Славкина Кристина Степановна

Учебный год: 2021/2022

п/п		по плану	по факту
Теоретические сведения – 3 час			
1.	Физическая культура и спорт в России. Важнейшие решения Российского правительства по вопросам развития физической культуры и спорта. Массовый характер Российского спорта.	2.09	
2.	Развитие футбола в России. Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.	9.09	
3.	Врачебный контроль. Задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: масса, динамометрия, спирометрия, пульс. Субъективные данные: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, утомляемость, настроение. Дневник самоконтроля. Причины травм на занятиях по мини-футболу и их предупреждение.	16.09	
4.	Правила игры, организация и проведение соревнований по мини-футболу. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.	23.09	
Общая и специальная физическая подготовка.			
5.	- Общеразвивающие упражнения без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад. - Упражнения с набивным мячом (1 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.	30.09	
6.	Легкоатлетические упражнения. Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 30 м., до 2 x 60 м. Бег медленный до 10 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 800 м. Бег 200 и 500 м.	7.10	
7.	Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.	14.10	
8.	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	21.10	
9.	Специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на	28.10	

	месте, лёжа.		
10.	Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.	11.11	
11	Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до 180°. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте.	18.11	
	Техническая подготовка.		
12	Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу	25.11	
13	Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу	2.12	
14	Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта.	9.12	
15	Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта.	16.12	
16	Удары на точность и дальность.	23.12	
17	Удары на точность и дальность.	13.01	
18	Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега.	20.01	
19	Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным сопротивлением. Удары на точность.	27.01	
20	Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча.	3.02	
21	Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.	10.02	
22	Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком.	17.02	
23	Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком.	24.02	
24	Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.	3.03	
25	Обманные движения (финты). Обучение финтам	10.03	
26	Обманные движения (финты). Обучение финтам	17.03	
27	Обманные движения (финты). Обучение финтам	7.04	
28	Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом.	14.04	
29	Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом.	21.04	
30	Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с	28.04	

	падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.		
31	Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.	5.05	
32	Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.	12.05	
33	Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу	19.05	
34	Броски рукой на точность и дальность.	26.05	