

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Бутурлинская средняя общеобразовательная школа имени В.И. Казакова

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
МАОУ Бутурлинской СОШ им.В.И. Казакова
протокол от 29.08.2019 № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
МАОУ Бутурлинской СОШ им.В.И. Казакова
от 30.08.2019 № 286



Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Футбол»
спортивно-оздоровительное направление

Срок реализации: 1 год
Возраст детей: 11-12 лет

Автор-составитель:
Рубцов Александр Александрович
учитель

р.п. Бутурлино, 2019

Содержание курса программы «Футбол»

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», основными положениями ФГОС НОО.

Группа занимающихся в кружке мини-футбола состоит из ребят 5-6 классов.

Количество занимающихся в возрастной группе 13 человек.

Продолжительность занятий: 2 раза в неделю для 5-6 классов, 64 часа

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с возрастным принципом комплектования групп кружка по мини-футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Цель обучения — формирование навыков и технических приемов игры в мини-футбол, овладение тактическими взаимодействиями в игре, воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся, а также гармоничному развитию личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и двигательного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Достижение цели физического воспитания и, в частности, мини-футбола, обеспечивается решением следующих задач:

1. укрепление здоровья;
2. дальнейшее совершенствования всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием силы, быстроты, общей и специальной выносливости;
3. совершенствование в выполнении технических приемов игры, в условиях ограниченного пространства и времени, с активным сопротивлением противника;
4. совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий, командной тактики игры;
5. определение игрового места в составе команды, приобретение опыта участия в соревнованиях, развитие волевых качеств спортсмена;
6. усвоение основных положений методики спортивной тренировки футболистов, воспитание судейских и инструкторских навыков;
7. совершенствование навыков самостоятельных занятий.

Игра в мини-футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Большое значение для успешного обучения техническим приемам игры в мини-футбол имеют мячи, соответствующие возрасту занимающихся. В занятиях с группами, мячи должны быть уменьшенного размера и массы. Все занятия, которые проводятся в кружке, должны носить воспитывающий характер. Руководитель кружка разъясняет занимающимся высокую идейную направленность системы физического воспитания, большую её значимость для всестороннего и гармоничного развития личности. У занимающихся надо воспитывать уважение к товарищам, коллективные навыки, высокую сознательность, умение преодолевать трудности и другие морально-волевые качества, свойственные человеку.

Воспитанию занимающихся способствует четкая организация проведения занятий, требовательность к выполнению упражнений, строгое выполнение правил и норм поведения на занятиях, в соревнованиях и в бытовых условиях. Особую роль как средство воспитания играет личный положительный пример руководителя кружка.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса.

Данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных, и предметных результатов.

Личностными результатами освоения, обучающимися содержания программы по мини-футболу, являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, обучающимися содержания программы по мини-футболу, являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, обучающимися содержания программы по мини-футболу, являются следующие умения:

- планировать занятия специальными физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками игры по мини-футболу и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований по мини-футболу;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять технические действия мини-футбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Основными специфическими средствами мини-футбола являются:

- тактика игры в мини-футбол
- техника игры
- тактика нападения

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнеров и соперника, выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразное для использования ведения мяча, выбор способа и направления в ведении. Применение различных видов обводки с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты, в зависимости от игровой ситуации.

Актуальность программы:

Способствовать физическому и духовному воспитанию подрастающего поколения, развивать навыки работы в коллективе. Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных группах и соревнованиях по футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс, необходимых футболисту, - его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка

Тематическое планирование

Количество часов по программе : 64

№	Содержание материала	
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	1
2	Основные правила игры в футбол	1
3	Техника передвижения игрока.	1
4	Удар внутренней стороной стопы.	1
5	Остановка мяча.	1
6	Остановка катящегося мяча подошвой.	1
7	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1
8	Ведение мяча	1
9	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1

10	Удар носком	1
11	Удар серединой лба на месте	1
12	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1
13	Ведение мяча в различных направлениях.	1
14	Ведение мяча с различной скоростью.	1
15	Ведение мяча в различных направлениях.	1
16	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1
17	Ведение мяча с различной скоростью.	1
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.	1
19	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1
20	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1
21	Комбинации из освоенных элементов.	1
22	Техника владения мячом.	1
23	Техника ударов по мячу.	1
24	Техника остановок мяча	1
25	Удар по летящему мячу средней частью подъема	1
26	Техника ударов по мячу и остановок мяча.	1
27	Отбор мяча толчком плечо в плечо	1
28	Техника ведения мяча.	1
29	Техника защитных действий.	1
30	Отбор мяча толчком плечо в плечо.	1
31	Обманные движения (финты).	1
32	Остановка опускающегося мяча.	1
33	Удар по летящему мячу средней частью подъема.	1
34	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1
35	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1
36	Обманные движения (финты)	1
37	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы.	1
38	Комбинации из освоенных элементов.	1

39	Удар по летящему мячу средней частью подъема.	1
40	Резаные удары.	1
41	Удар по мячу серединой лба.	1
42	Удар боковой частью лба.	1
43	Остановка катящегося мяча подошвой.	1
44	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	1
45	Остановка мяча грудью.	1
46	Техника ведения мяча.	1
47	Техника защитных действий.	1
48	Отбор мяча подкатом	1
49	Финт уходом	1
50	Финт ударом	1
51	Финт остановкой	1
52	Тактические действия в защите	1
53	Тактические действия в нападении	1
54	Двухсторонняя игра (Соревнование)	1
55	Двухсторонняя игра	1
56	Двухсторонняя игра	1
57	Техника ударов по мячу.	1
58	Техника остановок мяча	1
59	Удар по летящему мячу средней частью подъема	1
60	Техника ударов по мячу и остановок мяча.	1
61	Отбор мяча толчком плечо в плечо	1
62	Техника ведения мяча.	1
63	Техника защитных действий.	1
64	Отбор мяча толчком плечо в плечо.	1

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы следующие условия:

1. Футбольное поле

2. Спортивный зал
3. Футбольные мячи
4. Набивные мячи
5. Сетки для футбольных ворот
6. Конусы, стойки
7. Манежки
8. Наглядный материал
9. Учебно-методическая литература