

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3» города Пикалево

ПРИНЯТО

педагогическим советом

Протокол № 7 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 277 от 31.08.2023

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Юный футболист»
ШСК «Лидер» 6 классы**



Возраст обучающихся, на который рассчитана программа –11-13лет
(юноши, девушки)

Срок реализации: 1 год
Автор – составитель программы:
учитель физкультуры Романова И.Л..

г. Пикалево
2023

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности по физкультуре «Юный спортсмен» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Письмом Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. №ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций» (Информационно методическое письмо об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования);
- Письмом Минпросвещения России от 17.06.2022 г. № 03-871 «Об организации занятий «Разговоры о важном»;
- Методическими рекомендациями по формированию функциональной грамотности обучающихся
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - СП 2.4.3648-20);
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее - СанПиН 1.2.368521).
- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
- Концепцией общенациональной системы выявления и развития молодых талантов.
- Письмом Министерства Просвещения Российской Федерации от 05.09.2018 №03ПГ-МП-42216 « Об участии учеников муниципальных и государственных школ Российской Федерации во внеурочной деятельности».
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «О стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

Цель курса-внеурочной деятельности «Футбол » формирование у обучающихся навыков культуры здорового образа жизни и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового и

безопасного образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

Задачи:

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;

- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;

- формирование общих представлений о виде спорта «футбол», о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

- формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями, имеющими общеразвивающую и корригирующую направленность, техническими действиями и приемами вида спорта «футбол»;

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

- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества образовательной и соревновательной деятельности;

- воспитание патриотизма, нравственных качеств (честности, доброжелательности, дисциплинированности, самообладания, терпимости, коллективизма) в сочетании с волевыми качествами (смелости, решительности, инициативы, трудолюбия, настойчивости и целеустремленности, а также развитие способности управлять своими эмоциями).

Сроки реализации программы – 1 год.

Наполняемость группы – от 15 человек.

Режим занятий:

- количество часов за учебный год – по 34 часа , 1 занятия в неделю(девушки), 1 занятие в неделю юноши.

- продолжительность занятия – 45 мин.

Форма обучения: очная, **в том числе и с использованием дистанционных технологий.**

Форма организации деятельности: групповая.

Вопросы, рассматриваемые на занятиях, охватывают как теоретический, так и практический материал.

1.2 Место курса внеурочной деятельности в учебном плане ОУ

Курс внеурочной деятельности «Футбол» реализуется в рамках образовательной программы ООО через план внеурочной деятельности и входит в часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

В соответствии с учебным планом МБОУ «СОШ№3 г. Пикалёво » курс внеурочной деятельности изучается в 6 классах.

На изучение курса внеурочной деятельности отводится 1 час в неделю для юношей и 1 час в неделю для девушек..

Общий объём учебного времени составляет 34 часа.

Структура курса представляет собой набор логически законченных и содержательно взаимосвязанных тем, изучение которых обеспечивает системность и практическую направленность знаний и умений учащихся в области физической культуры . Занятия направлены на расширение и углубление базового курса. Содержание курса можно варьировать с учетом склонностей, интересов и уровня подготовленности учеников.

Содержание курса расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате освоения примерной программы учебного предмета «Физическая культура» в части планирования учебного материала по теоретической подготовке обучающихся по разделу «Знания о флорболе» в каждом году обучения и формированию новых двигательных действий средствами футбола , их использования в прикладных целях для увеличения двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни

Вопросы, рассматриваемые на занятиях, охватывают как теоретический, так и практический материал. Данная программа может быть востребована учителями

физической культуры, педагогами дополнительного образования, развивающими спортивно-оздоровительное направление личности.

Основной тип занятий – практикум. Для наиболее успешного усвоения материала планируются индивидуальные формы работы и работа в малых группах, также, при самостоятельной работе возможны дополнительные консультации учителя.

В настоящее время обновление содержания внеурочной деятельности по «Физической культуре» включает развитие и внедрение спортивно-ориентированных форм обучения, реализацию образовательных программ на основе традиционных, прикладных и популярных у обучающихся видов спорта, в том числе футбола.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия руководитель кружка рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Рекомендуется давать занимающимся задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Большинство практических занятия следует проводить на открытом воздухе. Зимой занятия на открытом воздухе проводятся в тихую погоду или при слабом ветре (1,5-2 м./с), при температуре не ниже -17° С (для средней климатической полосы).

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приёмов владения мячом на высокой скорости, улучшить манёвренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий рекомендуется широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований, использовать футбольные мячи.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические

способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту, - его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идёт непрерывный процесс обучения технике футбола и совершенствования её.

1.3. Формы учёта Программы воспитания.

Программа воспитания МБОУ «СОШ № 3» города Пикалёво реализуется в том числе и через использование воспитательного потенциала занятий курса внеурочной деятельности «Футбол» в следующих формах:

- побуждение обучающихся соблюдать на занятиях общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на занятии предметов, явлений, событий через:
- использование воспитательных возможностей содержания курса внеурочной деятельности для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе
- включение игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия.
- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.
- выбор и использование на занятиях методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания.
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в занятие различных исследовательских заданий и задач, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

-установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды

Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность и комплексно воздействуют на органы и системы растущего организма, укрепляя и повышая уровень функционирования сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем растущего организма человека. Занятия футболом влияют на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивости организма к неблагоприятным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

Выполнение сложно координационных, технико-тактических действий во футболе, связанных с ходьбой, бегом, борьбой за мяч, прыжками, быстрым стартом и ускорениями, резкими торможениями и остановками, ударами по мячу обеспечивает эффективное развитие физических качеств (быстроты, ловкости, выносливости, силы и гибкости) и двигательных навыков.

Раздел 2. Содержание курса внеурочной деятельности

2.1. Содержание курса внеурочной деятельности с учётом ФГОС

Физическая культура и спорт в России. Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

Развитие футбола в России. Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок Росси по футболу.

Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.

Места занятий оборудование. Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

Общая и специальная физическая подготовка. Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом. Меры предупреждения несчастных случаев при плавании. Подготовка к сдаче контрольных испытаний.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полу-приседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом. (масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат».

Упражнение в висах и упорах. Из виса хватом сверху подтягивание: 2 подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз. Из упора лёжа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз.

Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м. Бег медленный до 20 мин. Бег повторный до 6 x 30 м. и 4 x 50 м. Бег 300 м.

Прыжки с разбега в длину (310 – 340 см.) и в высоту (95 – 105 см.). Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с 3-х шагов разбега).

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5 – 10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

Техника игры в футбол. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Практические занятия. **Техника передвижения.** Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее

расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тактика игры в футбол. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров 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, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для

перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

2.2. Метапредметные связи учебного предмета и курса внеурочной деятельности

Принцип «метапредметности» связывает курс внеурочной деятельности « Футбол «через обучение общим приемам учебной работы на занятиях физической культурой

В практике реализации курса используются метапредметные технологии:

-проектная деятельность как средство формирования метапредметных умений и навыков.

-интерактивное обучение –обучение через просмотр различных тренировочных техник.

В процессе интеграции предметов и курса внеурочной деятельности « Футбол » формируются метапредметные умения:

- аналитические,
- учебно-информационные,
- коммуникативно-речевые.

Метапредметные связи развивают интеллектуальный и познавательный интерес обучающихся, побуждают к активному познанию окружающей действительности. формированию здоровьесозидающего мышления.

Раздел 3. Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности

3.1.Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

Программа обеспечивает достижение девятиклассниками следующих личностных, метапредметных результатов.

Личностные результаты изучения курса:

1. Осознание этнической принадлежности, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

3. Формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и классе в целом.

Метапредметные результаты изучения курса:

Познавательные:

– осваивать способы решения проблем творческого и поискового характера: работа над проектами и исследования;

– использовать различные способы поиска, сбора, обработки, анализа и представления информации;

– овладевать логическими действиями сравнения, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

– использовать знаково-символические средства, в том числе моделирование;

– ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного;

– делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в потоке информации;

– добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебные пособия, свой жизненный опыт и информацию, полученную от окружающих;

Обучающийся научится:

1. Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации,

устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

Обучающийся сможет:

- выделять общий признак двух или нескольких предметов, или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

2. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;

3. Смысловое чтение.

Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию;
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст;
- критически оценивать содержание текста.

Регулятивные:

- проявлять познавательную и творческую инициативу;
- принимать и сохранять учебную цель и задачу;
- планировать ее реализацию, в том числе во внутреннем плане;
- контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение;
- уметь отличать правильно выполненное задание от неверного;
- оценивать правильность выполнения действий: знакомство с критериями оценивания, самооценка и взаимооценка.

Обучающийся научится:

1. Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности:

- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;

2. Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения.

3. Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;

- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности.

Коммуникативные:

– адекватно передавать информацию, выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами и отображать предметное содержание и условия деятельности в речи;

– доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста);

– слушать и понимать речь других;

– совместно договариваться о правилах работы в группе;

– учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Обучающийся научится:

1. Организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии;
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.).

2. Осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации.

Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение);
- принимать решение в ходе диалога;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся, который приобретает, закрепляется и совершенствуется в процессе освоения курса внеурочной деятельности, проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий средствами футбола, с учебной, игровой и соревновательной деятельностью по футболу и в сфере физической культуры и спорта в целом., а именно :

Знать:

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.

Уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

3.2. Система оценки достижения планируемых результатов

Обучение ведется на безотметочной основе.

Для оценки эффективности занятий используются следующие показатели:

- степень помощи, которую оказывает учитель обучающимся при выполнении заданий;
- поведение детей на занятиях: живость, активность, заинтересованность обеспечивают положительные результаты;
- результаты тренировок при выполнении которых выявляется, справляются ли обучающиеся с тактикой игры;
- косвенным показателем эффективности занятий может быть повышение качества успеваемости по физической культуре
- результаты спортивных соревнований .
- Портфолио обучающихся

Раздел 4. Тематическое планирование

(с указанием часов по каждой теме, форм проведения занятий и возможным использованием цифровых образовательных ресурсов в каждой теме или по разделам, блокам)

№	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Физическая культура и спорт в России.	1	1	-
2	Развитие футбола в России.	1	1	-
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.	1	1	-
4	Правила игры в футбол.	2	2	-
5	Общая и специальная физическая подготовка.	10	-	10
6	Техника игры в футбол.	9	-	9
7	Тактика игры в футбол.	10	-	10
Итого:		34	5	29

5. Календарно-тематическое планирование « Футбол»

Юноши

№ п/п	Тема	Кол-во часов	план	факт	ЦОРы
1	Физическая культура и спорт в России.	1	05.09		https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB
2	Развитие футбола в России.	1	12.09		https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.	1	19.09		https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB
4	Правила игры в футбол.	1	26.09		https://razvitie-vospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka_igrat_v_futbol.html?ysclid=I91rz34ikr315859316
5	Общеразвивающие упражнения без предметов.	1	03.10		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=I91s5u8dsa509272335
6	Упражнения с набивным мячом. Игра 4х4.	1	10.10		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
7	Ведение мяча внутренней стороной стопы. Игра 4х4.	1	17.10		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=I91s41mgz825238675
8	Ведение мяча внешней стороной стопы. Игра 4х4	1	24.10		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=I91s41mgz82

					5238675
9	Обучение ударам по мячу. Игра 4х4.	1	07.11		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitiye/fizicheskoe-voospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=I91s5u8dsa509272335
10	Подвижные игры и эстафеты. Игра 4х4.	1	14.11		https://razvitiye-voospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka_igrat_v_futbol.html?ysclid=I91rz34ikr315859316
11	Специальные упражнения для развития быстроты. Игра 4х4.	1	21.11		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitiye/fizicheskoe-voospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=I91s5u8dsa509272335
12	Специальные упражнения для развития ловкости. Игра 4х4.	1	28.11		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitiye/fizicheskoe-voospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=I91s5u8dsa509272335
13	Техника игры в футбол. Игра 4х4.	1	05.12		https://razvitiye-voospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka_igrat_v_futbol.html?ysclid=I91rz34ikr315859316
14	Прямой и резаный удар по мячу. Игра 4х4.	1	12.12		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
15	Точность удара. Игра 4х4.	1	19.12		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
16	Техника передвижения. Игра 4х4.	1	26.12		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=I91s41mgz825238675
17	Удары по мячу ногой. Игра 4х4.	1	09.01		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitiye/fizicheskoe-voospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=I91s5u8dsa509272335

					igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s518.01u8dsa509272335
18	Удары по мячу головой. Игра 4х4.	1	16.01		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
19	Остановка мяча. Игра 4х4.	1	23.01		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
20	Ведение мяча. Игра 4х4.	1	30.01		https://razvitie-vospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka_igrat_v_futbol.html?ysclid=191rz34ikr315859316
21	Обманные движения. Игра 4х4.	1	06.02		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
22	Отбор мяча. Игра 4х4.	1	13.02		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
23	Финты. Удары по мячу с лета. Игра 4х4.	1	20.02		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
24	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Игра 4х4.	1	27.02		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
25	Техника игры вратаря. Игра 4х4.	1	05.03		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
26	Тактика игры в футбол. Игра 4х4.	1	12.03		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
27	Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра 4х4.	1	19.03		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=191s41mgz825238675
28	Тактика нападения. Игра 4х4.	1	02.04		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335

					futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
29	Индивидуальные действия с мячом. Игра 4х4.	1	09.04		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
30	Групповые действия с мячом. Игра 4х4.	1	16.04		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
31	Тактика защиты. Игра 4х4.	1	23.04		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
32	Групповые действия защиты. Игра 4х4.	1	30.04		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=191s41mgz825238675
33	Тактика вратаря. Игра 4х4.	1	07.05		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
34	Тренировочная игра. Игра 4х4.	1	14.05		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
	Итого	34ч			

Календарно-тематическое планирование « Футбол»

Девушки

№ п/п	Тема	Кол-во часов	план	факт	ЦОРы
1	Физическая культура и спорт в России.	1	05.09		https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB

2	Развитие футбола в России.	1	12.09		https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB
3	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.	1	19.09		https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB
4	Правила игры в футбол.	1	26.09		https://razvitie-vospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka_igrat_v_futbol.html?ysclid=I91rz34ikr315859316
5	Общеразвивающие упражнения без предметов.	1	03.10		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=I91s5u8dsa509272335
6	Упражнения с набивным мячом. Игра 4х4.	1	10.10		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
7	Ведение мяча внутренней стороной стопы. Игра 4х4.	1	17.10		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=I91s41mgz825238675
8	Ведение мяча внешней стороной стопы. Игра 4х4	1	24.10		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=I91s41mgz825238675
9	Обучение ударам по мячу. Игра 4х4.	1	07.11		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=I91s5u8dsa509272335
10	Подвижные игры и эстафеты. Игра 4х4.	1	14.11		https://razvitie-vospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka_igrat_v_futbol.html?ysclid=I91rz

					34ikr315859316
11	Специальные упражнения для развития быстроты. Игра 4х4.	1	21.11		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-voospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
12	Специальные упражнения для развития ловкости. Игра 4х4.	1	28.11		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-voospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
13	Техника игры в футбол. Игра 4х4.	1	05.12		https://razvitie-voospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka_igrat_v_futbol.html?ysclid=191rz34ikr315859316
14	Прямой и резаный удар по мячу. Игра 4х4.	1	12.12		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
15	Точность удара. Игра 4х4.	1	19.12		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
16	Техника передвижения. Игра 4х4.	1	26.12		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=191s41mgz825238675
17	Удары по мячу ногой. Игра 4х4.	1	09.01		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-voospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s518.01u8dsa509272335
18	Удары по мячу головой. Игра 4х4.	1	16.01		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
19	Остановка мяча. Игра 4х4.	1	23.01		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
20	Ведение мяча. Игра 4х4.	1	30.01		https://razvitie-voospitanie.ru/kak_nauchit/rebenka

					igrat v futbol.html?ysclid=191rz34ikr315859316
21	Обманные движения. Игра 4x4.	1	06.02		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
22	Отбор мяча. Игра 4x4.	1	13.02		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
23	Финты. Удары по мячу с лета. Игра 4x4.	1	20.02		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
24	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Игра 4x4.	1	27.02		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
25	Техника игры вратаря. Игра 4x4.	1	05.03		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
26	Тактика игры в футбол. Игра 4x4.	1	12.03		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
27	Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра 4x4.	1	19.03		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=191s41mgz825238675
28	Тактика нападения. Игра 4x4.	1	02.04		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
29	Индивидуальные действия с мячом. Игра 4x4.	1	09.04		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
30	Групповые действия с мячом. Игра 4x4.	1	16.04		https://www.youtube.com/watch?v=scUQpM-t3v4
31	Тактика защиты. Игра 4x4.	1	23.04		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-

					vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
32	Групповые действия защиты. Игра 4х4.	1	30.04		https://a-sports.ru/shkola/vidyi-sporta/futbol/?ysclid=191s41mgz825238675
33	Тактика вратаря. Игра 4х4.	1	07.05		https://childage.ru/psihologiya-i-razvitie/fizicheskoe-vospitanie/deti-igrayushhie-v-futbol.html?ysclid=191s5u8dsa509272335
34	Тренировочная игра. Игра 4х4.	1	14.05		https://www.sports.ru/tribuna/blogs/putzvezdi/2808260.html
	Итого	34ч			

5. Список литературы для педагога:

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 1986. – 144 с., ил.
2. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров / Под общей редакцией А. П. Лаптеева, А. А. Сучилина. М. 1983.
3. Андреев С. Л. Футбол-твоя игра. -М.:Просвещение,2005.-144с.
4. Максименко И. Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Знание, 2006. - 276 с.
5. Филин В. П., Фомин И. А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 1980. - 255
6. Мутко В. Л., Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол – игра для всех – М. Советский спорт, 2008. - 264 стр.
7. Тюленьков С. Ю., Федорова А. А. Футбол в зале: система подготовки. - М.: Terra-Спорт, 2006. - 86 стр. (Библиотечка тренера)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190415

Владелец Гришкина Людмила Ивановна

Действителен с 13.10.2023 по 12.10.2024