

Муниципальное образование Тбилисский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 10»
имени Героя Советского Союза Гагарина Юрия Алексеевича

УТВЕРЖДЕНО
решение педагогического совета
от 30 августа 2023 года протокол № 1
Председатель _____ Л. В. Ваганова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Физическая культура

Классы: 8 «А», 8 «Б»

Количество часов 34

Учитель-составитель – Кравчук Алексей Андреевич

Программа разработана: на основе «Примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Футбол») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования», одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 24 декабря 2020 № 5/20).

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивно-оздоровительное направление разработана на основе «Примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Футбол») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования», одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 24 декабря 2020 № 5/20), в соответствии с требованиями ФГОС ООО 2021 года, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, ориентирована на планируемые результаты освоения основной образовательной программы ООО.

Цель: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- владение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; участие в соревнованиях по футболу;
- изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

На изучение выделяется 34 часа, 1 час в неделю.

Рабочая программа составлена на основании авторской программы. Изменения в рабочую программу не вносились.

Тематический план

№	Разделы программы	Количество часов
1	Передвижения и остановки	6 ч
2	Удары по мячу	5 ч
3	Остановка мяча	2 ч
4	Ведение мяча и обводка	3 ч
5	Отбор мяча	4 ч
6	Игра вратаря	4 ч
7	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	2 ч
8	Тактика игры	6 ч
9	Подвижные игры и эстафеты	2 ч
	Итого:	34 ч.

Формы подведения итогов реализации программы внеурочной деятельности - проведение соревнований по футболу.

Личностные, метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате изучения курса должны быть достигнуты определённые результаты.

Личностные результаты: проявлять положительное отношение к занятиям физкультурной деятельностью, накапливать необходимые знания и умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения значимых результатов в физическом совершенстве. Владеть знаниями об особенностях физического развития и физической подготовленности; владеть знаниями о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры.

Метапредметные результаты:

- **познавательные:** понимать физическую культуру как явление культуры, способствующей развитию личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств, а также как средство организации здорового образа жизни и профилактики вредных привычек.

- **коммуникативные:** владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение; обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы; владеть умением грамотно излагать и обосновывать свою точку зрения, доводить ее до собеседника.

- **регулятивные:** добросовестно выполнять учебные задания; уметь организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; поддерживать оптимальный уровень работоспособности в процессе учебной деятельности, использовать занятия физической культурой для профилактики психического и физического утомления; владеть широким арсеналом двигательных действий из базовых видов спорта, активно их использовать в самостоятельно организуемой физкультурно-оздоровительной деятельности; владеть способами наблюдения за показателями физического развития и физической подготовленности.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организаций занятий, основных видов деятельности.

Наименование раздела, темы	Формы организации занятий	Основные виды деятельности
1. Передвижения и остановки 6 ч		
Разучивание, закрепление и совершенствование техники передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Разучивание, закрепление и совершенствование комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки).	Занятие «открытие нового знания» Занятия общеметодологической направленности	Овладевать первичными умениями и навыками в передвижении боком, спиной вперёд, остановки, повороты Осваивать Основные элементы техники передвижений
2. Удары по мячу 5 ч		
Совершенствование техники удара по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Разучивание техники удара по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Закрепление техники удара по катящемуся мячу внутренней частью подъёма. Закрепление техники удара по неподвижному мячу внешней частью подъёма. Разучивание техники удара по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком.	Занятие «открытие нового знания»	Осваивать технику удара мяча
3. Остановка мяча 2 ч		
Совершенствование техники остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Закрепление техники остановки катящегося мяча внешней стороной стопы.	Занятия общеметодологической направленности	Осваивать технику остановки мяча

4. Ведение мяча и обводка 3 ч		
Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Разучивание и закрепление техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	Занятия общеметодологической направленности	Осваивать технику ведения мяча
5. Отбор мяча 4 ч		
Разучивание и закрепление техники отбора мяча перехватом. Разучивание и закрепление техники отбора мяча толчком плеча в плечо.	Занятие «открытие нового знания»	Овладевать техникой выбивания мяча
6. Игра вратаря 4 ч		
Совершенствование техники ловли катящегося мяча. Разучивание и закрепление техники ловли мяча, летящего на встречу. Разучивание техники ловли мяча сверху в прыжке.	Занятие «открытие нового знания»	Овладевать технику ловли мяча.
7. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом 2 ч		
Разучивание, закрепление и совершенствование техники ведения, удара (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	Занятие «открытие нового знания»	Осваивать технику ведения и удара мяча.
8. Тактика игры 6 ч		
Совершенствование тактики позиционного нападения без изменений позиций игроков. Совершенствование тактики нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Двусторонняя учебная игра. Разучивание и закрепление тактики позиционного нападения с изменением позиций. Закрепление тактики свободного нападения.	Занятие «открытие нового знания»	Использовать игры и эстафеты для разучивания тактических действий
9. Подвижные игры и эстафеты 2 ч		
Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий. Игры, развивающие физические свойства.	Занятие «открытие нового знания»	Использовать игры и эстафеты для закрепления и совершенствования тактических действий

Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности

8 класс

№ занятия	Темы	Количество часов	Дата план	Дата факт	Примечание
	Передвижения и остановки	6			
1	Разучивание техники передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений	1			
2	Закрепление техники передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений	1			
3	Совершенствование техники передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений	1			
4	Разучивание комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1			
5	Закрепление комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1			
6	Совершенствование комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1			
	Удары по мячу	5			
7	Совершенствование техники удара по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма	1			
8	Разучивание техники удара по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель.	1			
9	Закрепление техники удара по катящемуся мячу внутренней частью подъёма.	1			
10	Закрепление техники удара по неподвижному мячу внешней частью подъёма.	1			
11	Разучивание техники удара по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком.	1			
	Остановка мяча	2			
12	Совершенствование техники остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1			
13	Закрепление техники остановки катящегося мяча внешней стороной стопы	1			

	Ведение мяча и обводка	3			
14	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	1			
15	Разучивание техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника	1			
16	Закрепление техники ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника	1			
	Отбор мяча	4			
17	Разучивание техники отбора мяча перехватом	1			
18	Закрепление техники отбора мяча перехватом	1			
19	Разучивание техники отбора мяча плеча в плечо	1			
20	Закрепление техники отбора мяча плеча в плечо	1			
	Игра вратаря	4			
21	Совершенствование техники ловли катящегося мяча	1			
22	Разучивание техники ловли мяча, летящего навстречу	1			
23	Закрепление техники ловли мяча, летящего навстречу	1			
24	Разучивание техники ловли мяча сверху в прыжке	1			
	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	2			
25	Разучивание техники ведения, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам	1			
26	Закрепление техники ведения, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам	1			
	Тактика игры	6			
27	Совершенствование тактики позиционного нападения без изменений позиций игроков	1			
28	Совершенствование тактики нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	1			
29	Разучивание тактики позиционного нападения с изменением позиций	1			
30	Закрепление тактики позиционного нападения с изменением позиций	1			
31	Закрепление тактики свободного нападения	1			

32	Двусторонняя учебная игра	1			
	Подвижные игры и эстафеты	2			
33	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий	1			
34	Игры, развивающие физические свойства. Проведение соревнований по футболу.	1			

Материально-техническое обеспечение Программы

Место проведения:

Спортивный зал, стадион.

Спортивное оборудование:

футбольные ворота, гимнастические маты, гимнастическая стенка,

гимнастическая

скамейка.

Спортивный инвентарь:

Футбольные мячи, скакалки, гантели, гири, набивные мячи, конусы, табло, насосы.

Список источников, рекомендуемых при реализации Программы:

1. Акимов А.М. «Игра футбольного вратаря». – М.: «ФиС», 2012.
2. Андреев С.Н. «Футбол – твоя игра». - М., «Просвещение», 2014. - 144с.
3. Бриль М.С. «Отбор в спортивных играх». – М.: «ФиС», 2013.
4. Быляева Л.И. «Подвижные игры». - М., 2010.
5. Гагаева Г.М. «Психология футбола». – М.: «ФиС», 2009.
6. Гриндлер К. и др. «Физическая подготовка футболистов». – М.: «ФиС», 2011.
7. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбола». - М., 2012.
8. Заваров А.А. «Футбол для начинающих». – СПб: «Питер», 2013.
9. Кук М.С., Шоулдер Д. Н. «Учебник футбола». - М.: «Астрель», 2011.
10. Лапшин О. Т.«Учим играть в футбол».- М.: «Человек», 2015.
11. Лапшин О.Б.«Теория и методика подготовки юных футболистов». – М.: «Человек», 2014.
12. «Правила игры в футбол». - М.: «ФиС», 2016.
13. Рогальский Н., Дегель Э. «Футбол для юношей». – М.: «ФиС», 2014.
14. «Футбольная энциклопедия». - М.:«АСТ», 2016.
15. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. «Футбол».- М.: «ФиС», 2015
16. Чанади А. «Футбол. Техника». – М.: «ФиС», 2013.
17. Чанади А. «Футбол. Стратегия». – М.: «ФиС», 2011.