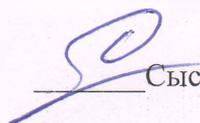


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №6» г. Смоленска

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО


Сысенко Н.А.

Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО на МС
Заместитель директора


Арсентьева В.Н.

Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы


Шестакова Л.Л.


Приказ № 64-ОД
«СШ № 6»

от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Футбол для всех»
для обучающихся 11 классов
на 2024/2025 учебный год

Составитель программы:
Халипова Е. С.

г. Смоленск
2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Перечень нормативных правовых актов, регламентирующих разработку рабочей программы

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Футбол для всех» ООП ООО разработана в соответствии с требованиями ФГОС СОО.

Рабочая программа данного курса внеурочной деятельности разработана на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» от 17 мая 2012 г. № 413 (в ред. Приказа Минпросвещения России от 12.08.2022 № 732)

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Футбол для всех» реализуется с учетом рабочей программы воспитания МБОУ «СШ № 6» города Смоленска (рабочая программа воспитания отражается в личностных результатах данной рабочей программы).

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Футбол - самый массовый, самый зрелищный, самый игровой из всех игровых видов спорта. Футбол можно использовать в общеобразовательной организации, как часть программы по физической культуре, футбол преподаётся в спортивных школах, где готовят технически, тактически грамотных игроков. В футбол играют в командах мастеров, где футбол - это профессия человека. Все это говорит о том, что футбол интересен всем!

Одно из главных мест в системе физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол. Футбол одна из старейших и самых популярных спортивных командных игр в мире. Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию и оказывает на организм всестороннее влияние.

Учебный курс внеурочной деятельности «Футбол для всех» для старшеклассников помогает адаптировать содержание учебного предмета «Физическая культура» к индивидуальным особенностям обучающихся, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала, комфортных условий для развития и формирования талантливой личности.

Успешность обучению футболу прежде всего обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует учитель, возрастным и индивидуальным особенностям

обучающегося. Возрастные, половые и индивидуальные различия детей являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов техники футбола.

Командный характер игры «футбол» воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый обучающийся может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Цель изучения курса внеурочной деятельности:

содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры обучающихся с использованием средств футбола, формирования у подрастающего поколения потребности в ведении здорового образа жизни.

Форма организации: индивидуальная, групповая

Место учебного курса в учебном плане

1 час в неделю, 34 часа в год

Содержание курса внеурочной деятельности

10-11 КЛАСС

РАЗДЕЛ 1. ЗНАНИЯ О ФУТБОЛЕ

Техника безопасности во время занятий футболом.

Физическая культура и спорт в России. Массовый народный характер спорта. Развитие футбола в России и за рубежом. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по футболу.

Роль капитана команды. Его права и обязанности. Планирование, организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по футболу. Судейская бригада: главный судья, 1-й судья, 2-й судья, 3-й судья, хронометрист, судья – информатор. Их роль в организации и проведении соревнований.

РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений. Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Общеразвивающие физические упражнения

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста. **Общеразвивающие физические упражнения.** Технические действия в игре.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Технические действия в игре.

Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты с мячом и без мяча. *Бег:* приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением, челночный, на различные дистанции и с различной скоростью.

Остановки: прыжком, выпадом, стопорящим движением двух ног.

Повороты: на одной ноге, прыжком, выпадом, на 90⁰, 180⁰, 360⁰.

Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча.

Ведение: внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой.

Удары ногой: внутренней стороной стопы, внутренней/внешней частью подъема, средней частью подъема; по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежащему, катящемуся, летящему навстречу мячу; по различным траекториям низом, верхом; удары после остановки, рывков.

Остановки мяча ногой: подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, грудью, внутренней частью подъема.

Остановки туловищем: грудью, животом; стоя на месте, летящего навстречу мяча в движении.

Финты: «уходом» выпадом, переносом ноги через мяч; «ударом ногой» с уходом или «убиранием мяча», с остановкой, с пропуском мяча; с остановкой мяча ногой, туловищем.

Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время ведения мяча; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии.

Выполнение контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке. Техника владения мячом игры вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча.

Тактические действия (индивидуальные и групповые) - элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках, группах, линиях; забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.

Соревнования по футболу.

Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- развитие навыков взаимодействия и сотрудничества со сверстниками, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно- исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- готовность и способность к самообразованию и сознательное отношение к непрерывному физкультурному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.

Метапредметные результаты:

- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач игровой и соревновательной деятельности;
- формирование готовности и способности к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников о виде спорта «футбол».
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол; определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
- умение самостоятельно определять цели игровой деятельности и составлять планы игровой (или соревновательной) деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать личную деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности.

№ п/п	Тема учебного занятия, раздела	Кол-во часов	Форма проведения занятий	Виды деятельности	ЭОР/ЦОР	
Раздел «Знания о футболе»						
1	Техника безопасности во время занятий футболом. Физическая культура и спорт в России. Массовый народный характер спорта. Развитие футбола в России и за рубежом. Единая спортивная классификация и её значение.	1	Беседа	Познавательная деятельность	1. https://www.google.com/url?q=http://fizkultura-na5.ru/&sa=D&ust=1566007446936000; 2. http://www.fizkultura.ru/ 3. http://www.euro-football.ru/ 4. http://amfr.ru/edu/mishka/ 5. http://www.infosport.ru/sp/	
2	Разрядные нормы и российские спортсмены.	1	Беседа	Познавательная деятельность		
3	Роль капитана команды. Его права и обязанности. Планирование, организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований.	1	Беседа	Познавательная деятельность		
4	Судейская бригада: главный судья, 1-й судья, 2-й судья, 3-й судья, хронометрист, судья – информатор. Их роль в организации и проведении соревнований.	1	Беседа	Познавательная деятельность		
Раздел «Способы физической деятельности»						
5	Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.	1	Беседа, просмотр видеоролика	Познавательная деятельность		
6	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	1	Беседа	Познавательная деятельность		
Раздел «Физическое совершенствование»						

7	Правила игры в мини-футбол	1	Практическое занятие, игры	Игровая деятельность	
8	Игровая деятельность	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
9	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
10	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
11	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
12	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
13	Тактические действия при выполнении углового удара	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
14	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
15	Удар подъемом	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
16	Удар по катящемуся мячу с разбега	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
17	Игровая деятельность в технических приёмах остановки мяча	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
18	Игровая деятельность в технических приёмах ведения мяча	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
19	Игровая деятельность в технических приёмах обводки	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
20	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	

21	Остановка катящегося мяча внутренней стороны стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
22	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
23	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
24	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
25	Обводка мячом ориентиров	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
26	Чеканка мяча ногой 30 раз	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
27	Чеканка мяча головой 15 раз	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
28	Удар головой мяча воротам	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
29	Тактические действия в нападении	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	
30	Игровая деятельность разученных технических приёмов	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	
31	Техническая подготовка в футболе	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	
32	Тактическая подготовка в футболе	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	
33	Развитие силовых средствами игры футбол	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	
34	Развитие координационных способностей средствами игры футбол	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	

11 КЛАСС

№ п/п	Тема учебного занятия, раздела	Кол-во часов	Форма проведения занятий	Виды деятельности	ЭОР/ЦОР
1	Техника безопасности во время занятий футболом. Физическая культура и спорт в России. Массовый народный характер спорта. Развитие футбола в России и за рубежом. Единая спортивная классификация и её значение.	1	Беседа	Познавательная деятельность	1. https://www.google.com/url?q=http://fizkultura-na5.ru/&sa=D&ust=1566007446936000 ;
2	Разрядные нормы и	1	Беседа	Познавательная деятельность	2. http://www.fizkultura.ru/
3	Роль капитана команды. Его права и обязанности. Планирование, организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований.	1	Беседа	Познавательная деятельность	3. http://www.euro-football.ru/
4	Судейская бригада: главный судья, 1-й судья, 2-й судья, 3-й судья, хронометрист, судья – информатор. Их роль в организации и проведении соревнований.	1	Беседа	Познавательная деятельность	4. http://amfr.ru/edu/mishka/
Раздел «Способы физкультурной деятельности»					5. http://www.infosport.ru/sp/
5	Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.	1	Беседа, просмотр видеоролика	Познавательная деятельность	
6	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	1	Беседа	Познавательная деятельность	

Раздел «Физическое совершенствование»

7	Правила игры в мини-футбол	1	Практическое занятие, игры	Игровая деятельность	<ol style="list-style-type: none"> 1. https://www.google.com/url?q=http://fizkultura-na5.ru/&sa=D&ust=1566007446936000; 2. http://www.fizkultura.ru/ 3. http://www.euro-football.ru/ 4. http://amfr.ru/edu/mishka/ 5. http://www.infosport.ru/sp/
8	Игровая деятельность п футбола	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
9	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
10	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
11	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
12	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
13	Тактические действия при выполнении углового удара	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
14	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
15	Удар подъемом	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
16	Удар по катящемуся мячу с разбега	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
17	Игровая деятельность технических приёмов остановки мяча	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
18	Игровая деятельность технических приёмов ведения мяча	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
19	Игровая деятельность технических приёмов обводки	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
20	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	

21	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
22	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
23	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
24	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
25	Обводка мячом ориентиров	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
26	Чеканка мяча ногой 30 раз	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
27	Чеканка мяча головой 15 раз	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
28	Удар головой мяча воротам	1	Практическое занятие	Игровая деятельность	
29	Тактические действия нападении	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	
30	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	4. https://www.google.com/url?q=http://fizkultura-na5.ru/&sa=D&ust=1566007446936000 ;
31	Совершенствование техники ведения мяча и во взаимодействии партнером	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	5. http://www.fizkultura.ru/
32	Совершенствование техники удара по мячу в движении	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	6. http://www.euro-football.ru
33	Тренировочные игры по мини-футболу	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	
34	Техника судейства игры футбол. Зачет	1	Практическое занятие, игра	Игровая деятельность	

					4. http://amfr.ru/e/du/mishka/ 5. http://www.infosport.ru/sp/
--	--	--	--	--	--

Учебно-методическое обеспечение учебного процесса

Обязательные учебные материалы для ученика

Не требуется

Методические материалы для учителя

Андреев С., Гарагуля Т. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе.

М.:// Советский спорт, 2011

Андреев С. Н. Мини-футбол. – М.://Физкультура и спорт, 1978.

Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах. Методическое пособие. – Липецк: //«ГУ «РОГ», 2004.

Врублевский, Е.П. Модели тактики игры в футболе / Е.П. Врублевский. – М.-Спорт, 2020.

Озолин, Н.Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. -М.: Физкультура и спорт, 2018.

Кир Большая энциклопедия футбола / Рэднедж Кир. - М.: АСТ, 2020.

Большая олимпийская энциклопедия
<http://slovari.yandex.ru/dict/olympic> 101 упражнение для юных футболистов 10-16 лет.yafutbolist.ru Олимпийская энциклопедия
Журнал «Физкультура и спорт»

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет

<http://www.fismag.ru/> <http://www.olimpizm.ru/>

Российский футбольный союз <https://rfs.ru/>

Сайт «Я иду на урок физкультуры»

<http://spo.1september.ru/urok/http://fizkultura-na5.ru/>

Российский футбольный союз <https://rfs.ru/>

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Спортивный зал, футбольные мячи, фишки, конусы, секундомер, гимнастические маты, координационная лестница, гимнастические коврики, гимнастические палки, сетка, карточки для судейств, доска/карточки с разметкой поля, игровое табло/доска, насос с иглой для накачивания мячей, мини-ворота для игры в футбол.