

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Чувашской Республики
Отдел образования администрации Ядринского муниципального округа
Чувашской Республики
МБОУ "Персирланская ООШ"

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР



Л.Н.Былинкина

«30» 08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы



С.Ю.Григорьева

Приказ № 108 от «30» 08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Футбол»

(спортивно-оздоровительное)

Уровень: основное общее образование

Класс 5-6 классы

Срок реализации 2023-2024 учебный год

Количество часов 5-6 класс: 34 часа (1 час в неделю)

д. Персирланы 2023

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате реализации рабочей программы курса внеурочной деятельности «Футбол» при получении основного общего образования у обучающихся будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:

- установка на здоровый образ жизни;
- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с историей физической культуры РФ;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой и соревновательной деятельности;
- знание основных моральных норм во время проведения тренировочных занятий, соревнований и ориентации на их выполнение;

В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «физкультурно-оздоровительная деятельность», «спортивно-оздоровительная деятельность», характеризовать значение соревнований по футболу;
- раскрывать понятия: физическое качество (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость), техника выполнения упражнения, действия
 - ориентироваться в тактических действиях в футболе;
 - выявлять связь занятий футболом с досуговой и урочной деятельностью;
 - характеризовать роль и значение занятий футболом в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
 - осуществлять поиск информации о соревнованиях по футболу,

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам, командной деятельности;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при сдаче нормативов;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения технико- тактических действий в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности.

2. Содержание курса внеурочной деятельности, формы организации и виды деятельности

5-6 классы

Содержание	Основные виды внеурочной деятельности учащихся	Формы организации занятий
Вводное занятие (1 ч)	Общие правила техники безопасности на занятиях. Возникновение игры «футбол»	Беседа, просмотр видео
Общая физическая подготовка (15 ч)	Двигательные качества футболиста: быстрота, ловкость Беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук. Бег на дистанцию 20 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 3x10. Прыжковые упражнения: прыжки на месте, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивания. упоры	Практические занятия:
Специальная подготовка (11 ч)	Расположение игроков на поле. Передача, приём, остановка, ведение мяча.	Практические занятия
Основы знаний (2 ч)	Основные правила игры в футбол: игра рукой, удар по ногам, разметка площадки, гол, ворота.	Практические занятия
Соревнования (5 ч)	Продолжительность игры. Игра по упрощенным правилам.	Практические занятия

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Техника безопасности на занятиях футболом. Правила игры в футбол.	1
2	Основные приемы игры.	1
3	Удар внутренней стороной стопы.	1
4	Остановка катящегося мяча подошвой.	1
5	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.	1
6	Ведение мяча.	1
7	Контрольные упражнения.	1
8	Ведение мяча с различной скоростью с пассивным	1

	сопротивлением защитника.	
9	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	1
10	Техника нападений.	1
11	Специальные упражнения, техника защиты.	1
12	Техника передвижений, остановок, поворотов.	1
13	Специальные упражнения, техника ведения мяча.	1
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1
15	Удары по мячу в ворота, игра.	1
16	Специальные упражнения, техника защитных действий.	1
17	Действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват.	1
18	Специальные упражнения, тактические действия.	1
19	Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.	1
20	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты.	1
21	Специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	1
22	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты.	1
23	Специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей,	1
24	Специальные упражнения, овладение игрой и комплексное развитие	1
25	Игра « снайперы»	1
26	Основные правила проведения соревнований.	1
27	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема.	1
28	Правила техники безопасности на занятиях футболом..	1
29	Удары различными способами.	1
30	Техника ударов по мячу.	1
31	Индивидуальные действия в защите.	1
32	Учебная игра.	1
33	Индивидуальные действия в нападение и защите.	1
34	Учебная игра.	
Итого:		34