**Бюджетное общеобразовательное учреждение города Омска**

**"Средняя общеобразовательная школа № 161"**

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Зам.директора  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Кель  "\_29\_\_\_"\_\_августа\_\_2024 г. | УТВЕРЖДАЮ  Директор БОУ города Омска "Средняя  общеобразовательная школа № 161"  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В.Ровкина  "\_30\_\_\_"\_августа 2024 г. |

**Рабочая программа**

курса внеурочной деятельности

«Футбол»

Учитель: Рукавишников Андрей Юрьевич

Программа составлена на основе:

примерной программы по физической культуре для 5 класса Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор – М., 2010.

Рассмотрено

Протокол МО № 1

"\_\_28 августа\_\_\_"\_2024 г.

2024-2025 учебный год

Целью программы изучение спортивной игры футбол (мини-футбол).

Задачи, решаемые в рамках данной программы: - ознакомить с историей развития футбола; - обучать правилам игры; - обучать основам техники футбола. Программа рассчитана для учащихся 4-5 классов, на 1 год обучения. 70% содержания планирования направлено на активную двигательную деятельность учащихся. Это: Теория развития футбола, правила игры в футбол, ОФП футболиста, развития координационных способностей. Для успешной реализации программы будут использованы Интерет-ресурсы.

Рабочая программа согласно учебному плану, рассчитана на 4-5 класс, 68 часов в год (2 часа в неделю по 40 мин.).

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Личностные результаты** проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

* готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;
* формирование чувства гордости за отечественных футболистов.
* развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
* развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.
* формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.

**Метапредметные результаты освоения программы** характеризуют уровень с формированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в игровой деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания программы, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательной деятельности (умение учиться), так и в повседневной жизни обучающихся.

* овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления с использованием игры в футбол;
* владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности
* ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в футболе;
* выявлять признаки положительного влияния занятий футболом на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
* моделировать правила безопасного поведения при игре в футбол;
* формировать умение понимать причины успеха / неуспеха деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
* использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в  том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.

**Предметные результаты характеризуют** опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программы и проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий футболом.

**Предметные результаты:**

* формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения;
* овладение умениями самостоятельно организовывать здоровье сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и т.д.);
* формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
* применение и изложение в доступной форме полученных знаний о физической культуре и футболе, грамотно использование понятийного аппарата;
* освоение правил поведения и безопасности во время занятий и соревнований по футболу;
* приобретение навыка правильно подбирать одежду и обувь для занятий и соревнований по футболу;
* приобретение важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;
* овладение основными терминологическими понятиями спортивной игры;
* освоение некоторых навыков первичной технической подготовки футболиста (выполнение ударов по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение мяча и выполнение финтов, отбор мяча);
* знание о некоторых индивидуальных и групповых тактических действиях в атаке и в обороне;
* формирование общего представления о технике и тактике игры вратаря;
* применение во время игры в футбол всех основных технических элементов (техника перемещения, передача и ловля мяча).

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Мини-футбол(68ч)**

1. **История возникновения футбола. (2ч.)**

Футбол — одна из самых популярных командных игр в мире. География игры с мячом: страны Древнего Востока (Египет, Китай), Греция, Рим, Франция, Италия, Англия. Откуда пошло название игры «футбол». Где и когда разработаны первые правила игры в футбол. Создание первых футбольных клубов. Официальные международные правила игры в футбол (размер игрового поля, размер ворот, размер мяча, игра вратаря и др.). Совершенствование тактики и техники игры в футбол: угловой удар, 11-метровый штрафной удар (пенальти), футбольные ворота, сетка на футбольных воротах, судья в поле, судья в поле с двумя помощниками. История международных встреч по футболу. Первые официальные международные турниры с участием футболистов Англии, Шотландии, Уэльса и Ирландии. Популярность футбола в Европе и Латинской Америке. Создание Международной федерации футбольных ассоциаций (ФИФА).

**2. Правила безопасности во время занятий юных футболистов (2ч.)**

Правила поведения учащихся во время занятий, при передвижении к месту соревнований и обратно. Причины, приводящие к травматизму. Наиболее типичные травмы футболистов. Профилактика травматизма: разминка, соблюдение требований к местам проведения занятий, инвентарю, одежде и обуви. Действия учителя в обеспечении безопасности занятий по футболу.

**3. Правила игры в футбол (основные понятия (2ч.)**

Игровое поле (размеры, игровая поверхность, линии на поле, зоны и места). Ворота (размеры). Мяч (размеры, стандарты). Участники игры (состав команды, основной состав, запасные игроки, капитан команды, судьи). Игровая форма. Замена игроков. Игровое время. Перерывы и задержки. Поведение игроков (честная игра, нарушения и санкции). Победитель и проигравший в игре, ничейный результат.

**4. Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию (1ч.)**

Подбор одежды и обуви для факультативных занятий с учетом их сезонности. Использование одежды и обуви только для спортивных занятий. Периодичность стирки спортивной одежды. Спортивная форма и обувь для участия в соревнованиях по футболу. Мячи, стойки для обводки, ворота стандартные и нестандартные, тренажеры для развития физических качеств– требования и противопоказания к их использованию.

**5-7. Техническая и физическая подготовка (56ч.)**

Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение одновременно двух мячей. Передачи мяча правой и левой ногой. Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногами. Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Остановка ногой летящего мяча. Остановка грудью летящего мяча. Удары по неподвижному мячу серединой подъема, внутренней стороной стопы, носком с попаданием в ворота. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, ловля мяча руками в падении, введение мяча в игру броском одной рукой, ударом ногой по неподвижному мячу и после набрасывания. Эстафеты с ведением и передачами мяча. Конкурсы: с ударами по воротам «Кто точнее»; с ударами по неподвижному мячу и после набрасывания «Кто дальше». Игры в «Лабиринт». Введение мяча в игру броском двумя руками из-за боковой линии. Игра в футбол по упрощенным правилам 3 на 3, 4 на 4, 5 на 5 игроков.

**8. Игра в футбол, подвижные игры и эстафеты (5ч.)**

пятнашки с мячом, лабиринт (с мячом и без мяча), змейка, бег по ломаной кривой, челночный бег, эстафета с ведением двух мячей, эстафета с ударами по воротам. Игра 3 на 3, 4 на 4 игрока на малых площадках с использованием маленьких ворот.

**Календарно- тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема урока | ЭОР | Дата  проведения | Кол-во часов |
| **1-2** | История развития, правила игры. | <https://luxsolsport.ru/blog/istoriya-vozniknoveniya-futbola/> | 03.09.2024 | 2 |
| **3-4** | Техника безопасности, гигиенические требования. | <https://footballlab.ru/safety/> | 10.09.2024 | 2 |
| **5-6** | Правила игры в футбол. | <https://bombardir.ru/articles/458401-osnovnye-pravila-futbola-kratko-o-glavnom> | 17.09.2024 | 2 |
| **7-8** | Техника передвижения: бег, остановки, прыжки. Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@ZenitFootballClub> | 24.09.2024 | 2 |
| **9-10** | Обучение передачи мяча, ведение мяча по прямой, змейкой | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/conspect/> | 01.10.2024 | 2 |
| **11-12** | Остановка мяча, удар по мячу ногой, головой. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 08.10.2024 | 2 |
| **13-14** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 15.10.2024 | 2 |
| **15-16** | Обучение передачи мяча, ведение мяча по прямой, змейкой. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 22.10.2024 | 2 |
| **17-18** | Остановка мяча, удар по мячу ногой, головой. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 05.11.2024 | 2 |
| **19-20** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 12.11.2024 | 2 |
| **21-22** | Обучение передачи мяча, ведение мяча по прямой, змейкой. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 19.11.2024 | 2 |
| **23-24** | Обучение отбору мяча у соперника, вбрасывание мяча. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 26.11.2024 | 2 |
| **25-26** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 03.12.2024 | 2 |
| **27-28** | Обучение передачи мяча, ведение мяча по прямой, змейкой. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 10.12.2024 | 2 |
| **29-30** | Обучение отбору мяча у соперника, вбрасывание мяча. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 17.12.2024 | 2 |
| **31-32** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 24.12.2024 | 2 |
| **33-34** | Обучение передачи мяча, ведение мяча по прямой, змейкой | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 14.01.2025 | 2 |
| **35-36** | Обучение отбору мяча у соперника, вбрасывание мяча. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 21.01.2025 | 2 |
| **37-38** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 28.01.2025 | 2 |
| **39-40** | Обучение передачи мяча, ведение мяча по прямой, змейкой. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 04.02.2025 | 2 |
| **41-42** | Техника игры вратаря. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 11.02.2025 | 2 |
| **43-44** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 18.02.2025 | 2 |
| **45-46** | Тактическая игра в нападении и в защите. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 25.02.2025 | 2 |
| **47-48** | Обманные движения. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 04.03.2025 | 2 |
| **49-50** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 11.03.2025 | 2 |
| **51-52** | Тактическая игра в нападении и в защите. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 18.03.2025 | 2 |
| **53-54** | Обманные движения. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 01.04.2025 | 2 |
| **55-56** | Подвижные игры, эстафеты | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 08.04.2025 | 2 |
| **57-58** | Тактическая игра в нападении и в защите. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 15.04.2025 | 2 |
| **59-60** | Обманные движения. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 22.04.2025 | 2 |
| **61-62** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 29.04.2025 | 2 |
| **63-64** | Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 06.05.2025 | 2 |
| **65-66** | Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 13.05.2025 | 2 |
| **67-68** | Подвижные игры, эстафеты. | <https://www.youtube.com/@artek_football> | 20.05.2025 | 2 |
|  | **Итого** |  |  | **68 ч** |