

Российско – таджикское государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов
в г. Бохтар имени М. В. Ломоносова»

УТВЕРЖДЕНО
Методическим советом
РГ ГБОУ «СОШ в г. Бохтар
имени М. В. Ломоносова»
протокол № 4 от 27.08.2024

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор РГ ГБОУ «СОШ в г. Бохтар
имени М. В. Ломоносова»
Ласица Е. А.
Приказ № 184 - ОД от 28.08.2024



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Футбол»
для 4-5 классов основного общего образования
на 2024-2025 учебный год

Количество часов: 68 часов (в неделю 2 ч.)

Составитель: педагог дополнительного образования Парпиев А.Х.

г. Бохтар

2024

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по футболу является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. Разработана с учётом требований следующих нормативных документов:

В условиях реализации ФГОС НОО содержание внеурочной деятельности определяют следующие документы:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2014);
- Концепции модернизации Российского образования;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 № 1643 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» начало действия документа - 21.02.2015г.

Цели и задачи.

Игра в мини-футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол).

Основными задачами программы являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

2. Виды деятельности.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

3. Содержание рабочей программы

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футбола (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представленный материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Для занятий в секции по «Футболу» в 6-7 классах по данной программе отводится 2 часа в неделю, что составляет в целом за учебный год 68 часов.

Учебно-тематический план

№ по порядку	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	В процессе занятий
2.	Влияние физических упражнений на организм, занимающихся футболом	
3.	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма	
4.	Основы методики обучения в футбол	18
5.	Общая и специальная физическая подготовка	7
6.	Основы техники и тактики игры в футбол	31
7.	Контрольные игры и соревнования по футболу	10
8.	Контрольные испытания	2
9.	Всего	68

4. Планируемые результаты

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Учебно-тематический план

№	Наименование раздела	Кол-во часов
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	В процессе занятий
2.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся футболом	
3.	Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма	
4.	Основы методики обучения в футбол	18
5.	Общая и специальная физическая подготовка	7
6.	Основы техники и тактики игры в футбол	31
7.	Контрольные игры и соревнования по футболу	10
8.	Контрольные испытания	2
	Всего	68

5. Поурочно – тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Инструктаж по технике безопасности.	
2.	Удар по мячу внутренней части ноги.	
3.	Удар по мячу внутренней части ноги.	
4.	Удар по мячу внутренней части ноги.	
5.	Удар по мячу внутренней части ноги.	

6.	Ведение мяча.	
7.	Ведение мяча.	
8.	Ведение мяча.	
9.	Ведение мяча.	
10.	Двусторонняя игра.	
11.	Двусторонняя игра.	
12.	Обводка мяча.	
13.	Обводка мяча.	
14.	Обводка мяча.	
15.	Обводка мяча.	
16.	Развитие координации.	
17.	Развитие координации.	
18.	Развитие координации.	
19.	Развитие координации.	
20.	Передача мяча на среднюю дистанцию.	
21.	Передача мяча на среднюю дистанцию.	
22.	Круговая тренировка.	
23.	Круговая тренировка.	
24.	Передача мяча на длинную дистанцию.	
25.	Передача мяча на длинную дистанцию.	
26.	Передача мяча на длинную дистанцию.	
27.	Передача мяча на длинную дистанцию.	
28.	Двусторонняя игра.	
29.	Двусторонняя игра.	
30.	Развитие гибкости.	
31.	Развитие гибкости.	
32.	Развитие гибкости.	
33.	Развитие гибкости.	
34.	Передача мяча верхом.	
35.	Передача мяча верхом.	
36.	Передача мяча верхом.	
37.	Передача мяча верхом.	
38.	Отработка ударов.	
39.	Отработка ударов.	
40.	Отработка ударов.	
41.	Отработка ударов.	
42.	Двусторонняя игра.	
43.	Двусторонняя игра.	
44.	Развитие скоростных способностей.	
45.	Развитие скоростных способностей.	
46.	Развитие скоростных способностей.	

47.	Развитие скоростных способностей.	
48.	Приём мяча внутренней части ноги.	
49.	Приём мяча внутренней части ноги.	
50.	Приём мяча внутренней части ноги.	
51.	Приём мяча внутренней части ноги.	
52.	Двусторонняя игра.	
53.	Двусторонняя игра.	
54.	Круговая тренировка.	
55.	Круговая тренировка.	
56.	Круговая тренировка.	
57.	Круговая тренировка.	
58.	Стандартные положения.	
59.	Стандартные положения.	
60.	Стандартные положения.	
61.	Стандартные положения.	
62.	Двусторонняя игра.	
63.	Двусторонняя игра.	
64.	Техника игры вратаря.	
65.	Техника игры вратаря.	
66.	Техника игры вратаря.	
67.	Контрольная игра.	
68.	Контрольная игра.	

Список литературы:

1. Футбол в школе / С.М. Андреев - М.: "Просвещение", 1986 г. - 144 с.
2. Теория и методика мини-футбола / В.П. Губа – М.: «Спорт», 2016 г. – 260 с.
3. Теория и подготовка юных футболистов / О.Б. Лапшин – М.: «Спорт», 2014 г. – 200 с.