


муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 67 с углубленным изучением отдельных предметов  
имени Героя Российской Федерации Забитухина А.А.»  
городского округа Самара

Приложение №2 к ООП ООУ  
Утвержденной Приказом № 330 от 30.08.2022 г.

«Рассмотрено»  
на заседании методического  
объединения учителей  
предметов естественно-  
научного цикла  
Протокол № 1  
от «30» 08 2022 г.  
Председатель МО  
 О.П.Стрельцова

«Проверено»  
Заместитель директора по ВР  
 И.А.Соколова  
« 30 » 08 2022 г.

«Утверждаю»  
Директор  
МБОУ Школы № 67 г.о. Самара  
 В.В. Ионов  
«30 » 08 2022 г.

**Программа**  
**внеурочной деятельности**  
**по самореализации обучающихся**

«Футбол»

5 класс– 34 ч.

Учителя:  
Чучанов А.С.,  
Полявских М.С.

### **Пояснительная записка**

При составлении данной программы использованы следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»: «Обучающиеся воспитанники гражданских образовательных учреждений имеют право на свободное посещение мероприятий, не предусмотренных учебным планом»;
- Постановление Главного государственного врача РФ от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10...» р. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»: «Внеурочную деятельность реализуют в виде экскурсий, кружков, секций, олимпиад, соревнований и т.п.»;
- Приказ МОиН РФ от 6.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ МОиН РФ от 31 декабря 2015 года N 1576 «О внесении изменений в ФГОС ООО»
- Письмо МОиН РФ от 14 декабря 2015 года N 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»
- Письмо МОиН Самарской области от 17.02.2016 № МО-16-09-01/173-ТУ «О внеурочной деятельности».
- Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор – М., 2010.
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ Школы № 67 г.о. Самара
- авторская программа внеурочной деятельности ( Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова, - Внеурочная деятельность учащихся. Футбол. Издательство «Просвещение», 2011г.).

Данная рабочая программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

#### **Цель программы:**

Решение оздоровительных, образовательных и развивающих задач физического воспитания при освоении учащимися игры в футбол.

Достижение цели возможно через решение следующих задач:

- Обучать двигательным действиям, нацеленным на развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.
- Развивать основные физические качества: быстроту, ловкость, гибкость, выносливость, силу.
- Совершенствовать жизненно-важные навыки и умения в беге, прыжках, метании и плавании;
- Привитие интереса к занятиям по футболу;
- Воспитание спортивного трудолюбия и волевых качеств;
- Изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
- Приобретение начального опыта участия в соревнованиях;
- Воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в физкультурно-оздоровительной деятельности.

#### **Общая характеристика курса**

Занятия по программе «Футбол» включают в себя теоретическую и практическую часть.

Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время

занятий и тактическую подготовку.

Практическая часть включает в себя общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку и участия в соревнованиях.

### **Описание места курса в учебном плане.**

Программа «Футбол» предназначена для учащихся 5-9 классов. 5 класс-51 ч (1,5 ч. в неделю), 6 класс- 17 ч (0,5 ч. в неделю), 7 класс- 34 ч (1 ч. в неделю), 8 класс-17 ч (0,5 ч. в неделю), 9 класс-17 ч. (0,5 ч. в неделю). Процент пассивности (число аудиторных занятий) в среднем составляет – 0 %.

### **Ценностные ориентиры содержания курса**

Содержание курса «Футбол» направлено на воспитание высоко нравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры и спорта для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации учебной деятельности и организации здорового образа жизни.

#### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

Программа по внеурочной деятельности «Футбол» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

#### **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 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 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

**Осуществление контроля за реализацией программы включает в себя:**

- соревнования по футболу;
- отчёт о проведении соревнований, составление протоколов;
- участие в соревнованиях муниципального уровня и др.;

Результатом освоения программы «Футбол» будет являться формирование таких качеств личности как организованность, толерантность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность дружелюбие, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни, стремление к победе.

В основе программы курса внеурочной деятельности «Футбол» лежат ценностные ориентиры, достижение которых определяется воспитательными результатами. Программа курса обеспечивает достижение воспитательных результатов первого, второго и третьего уровней.

**Результаты первого уровня**

- приобретение знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;
- практическое освоение методов и форм физической культуры, простейших элементов спортивной подготовки;

получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания.

**Результаты второго уровня**

- формирование позитивного отношения обучающихся к своему здоровью, как к ценности, неотъемлемой составляющей хорошего самочувствия, успехов в учёбе и жизни вообще.

**Результаты третьего уровня**

- регулярные занятия спортом; систематически оздоровительно- закаливающие процедуры;
- участие в спортивных и оздоровительных акциях в окружающем школу социуме.

### 5 класс (51 час)

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теоретические занятия (кол-во часов)	Практические занятия (кол-во часов)	Планируемые сроки
1	Инструктаж по ТБ. История возникновения и развития футбола. Оказание первой помощи при травмах.	3	1	2	1-2 неделя
2	Основные приёмы игры в футбол	1,5	0,5	1	3 неделя
3	Удары по воротам	3	0,5	2,5	4-5 неделя
4	Физподготовка	1,5		1,5	6 неделя
5	Игровая тренировка	1,5		1,5	7 неделя
6	Групповые тактические действия	4,5	1	3,5	8-9-10 неделя
7	Комбинации из основных элементов техники передвижения	4,5	1	3,5	11-12-13 неделя
8	Остановка мяча	3	0,5	2	14-15 неделя
9	Тактика игры в защите	3	1	2	16-17 неделя
10	Удары по мячу	3		3	18-19 неделя
11	Тактика игры в нападении	3	1	2	20-21 неделя
12	Удары по мячу носком, пяткой Удары по воротам	1,5		1,5	22 неделя
13	Техника игры вратаря. Учебная игра.	1,5	0,5	1	23 неделя
14	Закрепление техники владения мячом	3	0,5	2,5	24-25 неделя
15	Силовые и скоростно-силовые упражнения	3		3	26-27 неделя
16	Передача мяча в движении	1,5		1,5	28 неделя
17	Удары по воротам	3		2,5	29-30 неделя
18	Общеразвивающие упражнения в парах, изучение финтов.	3	0,5	2,5	31-32 неделя
19	Отбор мяча перехватом в движении. Удары по мячу из различных положений.	3		3	33-34 неделя
	<b>ИТОГО</b>	<b>51ч</b>	<b>8 ч (17%)</b>	<b>43 ч (83%)</b>	

### 6 класс (17 часов)

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теоретические занятия (кол-во часов)	Практические занятия (кол-во часов)	Планируемые сроки
1	Инструктаж по ТБ. История возникновения и развития футбола. Гигиенические требования в тренировочном процессе. Оказание первой помощи при травмах.	1	0,5	0,5	1-2 неделя
2	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	1		1	3 неделя
3	Основные приёмы игры в футбол	1	0,5	0,5	4-5 неделя
4	Силовые и скоростно-силовые упражнения	0,5		0,5	6 неделя
5	Удары по мячу	0,5		0,5	7 неделя
6	Удары внутренней стороной стопы, подъёмом.	1,5		1,5	8-9-10 неделя
7	Тактика защиты	1		1	11-12-13 неделя
8	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.	1		1	14-15 неделя
9	Средняя передача мяча	1		1	16-17 неделя
10	Ведение мяча средней частью стопы	1		1	18-19 неделя
11	Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.	1	0,5	0,5	20-21 неделя
12	Выполнение общеразвивающих упражнений	0,5		0,5	22 неделя
13	Удары по мячу головой.	0,5		0,5	23 неделя
14	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.	1	0,5	0,5	24-25 неделя
15	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и не ведущей ногой.	1		1	26-27 неделя
16	Комбинации из основных элементов техники передвижения	0,5		0,5	28 неделя
17	Тактика нападения	1		1	29-30 неделя
18	Остановка мяча	1	0,5	0,5	31-32 неделя

19	Удары по воротам при стандартных положениях	1		1	33-34 неделя
	ИТОГО	17ч	2,5ч (16%)	14,5ч (84%)	

**Тематическое планирование  
7 класс (34 часа)**

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теоретические занятия (кол-во часов)	Практические занятия (кол-во часов)	Планируемые сроки
1	Инструктаж по ТБ. Правила поведения, и гигиенические требования в тренировочном процессе. Оказание первой помощи при травмах.	2	0,5	1,5	1-2 неделя
2	Удары по мячу головой.	2	0,5	1,5	3 неделя
3	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.	2	0,5	1,5	4-5 неделя
4	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и не ведущей ногой.	1		1	6 неделя
5	Комбинации из основных элементов техники передвижения	1		1	7 неделя
6	Остановка мяча	3		3	8-9-10 неделя
7	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	2		2	11-12-13 неделя
8	Обучение остановке мяча после отскока.	2	0,5	1,5	14-15 неделя
9	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.	2	0,5	1,5	16-17 неделя
10	Удары по мячу	2		2	18-19 неделя
11	Удары по мячу	2	0,5	1,5	20-21 неделя
12	Физподготовка	1		1	22 неделя
13	Техника игры вратаря	1		1	23 неделя
14	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.	2	0,5	1,5	24-25 неделя
15	Выполнение общеразвивающих упражнений	2	0,5	1,5	26-27 неделя
16	Штрафной и свободные удары.	1		1	28 неделя
17	Штрафной и свободные удары.	2	0,5	1,5	29-30 неделя
18	Групповые тактические действия	2	0,5	1,5	31-32 неделя
19	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.	2		2	33-34 неделя
	<b>ИТОГО</b>	<b>34ч</b>	<b>5ч (14%)</b>	<b>29ч(86%)</b>	



**Тематическое планирование  
8 класс (17 часов)**

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теоретические занятия (кол-во часов)	Практические занятия (кол-во часов)	Планируемые сроки
1	Инструктаж по ТБ. Образ жизни футболиста. История футбола.	1	0,5	0,5	1-2 неделя
2	Физподготовка	1		1	3 неделя
3	Основные приёмы игры в футбол	1	0,5	0,5	4-5 неделя
4	Основные приёмы игры в футбол	0,5		0,5	6 неделя
5	Групповые тактические действия	0,5		0,5	7 неделя
6	Удары по мячу	1,5		1,5	8-9-10 неделя
7	Удары внутренней стороной стопы, подъёмом.	1		1	11-12-13 неделя
8	Удары внутренней стороной стопы, подъёмом.	1		1	14-15 неделя
9	Тактика нападения	1		1	16-17 неделя
10	Средняя передача мяча	1		1	18-19 неделя
11	Ведение мяча средней частью стопы	1	0,5	0,5	20-21 неделя
12	Силовые и скоростно-силовые упражнения	0,5		0,5	22 неделя
13	Ведение мяча носком	0,5		0,5	23 неделя
14	Ведение мяча носком	1	0,5	0,5	24-25 неделя
15	Владение мячом	1		1	26-27 неделя
16	Удары по мячу головой.	0,5		0,5	28 неделя
17	Обводка. Обманные движения	1		1	29-30 неделя
18	Скоростно-силовые упражнения	1	0,5	0,5	31-32 неделя
19	Тактика игры в нападении	1		1	33-34 неделя
	<b>ИТОГО</b>	<b>17ч</b>	<b>2,5ч (16%)</b>	<b>14,5ч (84%)</b>	

**Тематическое планирование  
9 класс (17 ч.)**

№	Наименование темы	Общее кол-во часов	Теоретические занятия (кол-во часов)	Практические занятия (кол-во часов)	Планируемые сроки
1	Инструктаж по ТБ. Образ жизни футболиста. История футбола.	1	0,5	0,5	1-2 неделя
2	Физподготовка	1		1	3 неделя
3	Основные приёмы игры в футбол	1	0,5	0,5	4-5 неделя
4	Основные приёмы игры в футбол	0,5		0,5	6 неделя
5	Групповые тактические действия	0,5		0,5	7 неделя
6	Удары по мячу	1,5		1,5	8-9-10 неделя
7	Удары внутренней стороной стопы, подъёмом.	1		1	11-12-13 неделя
8	Удары внутренней стороной стопы, подъёмом.	1		1	14-15 неделя
9	Тактика нападения	1		1	16-17 неделя
10	Средняя передача мяча	1		1	18-19 неделя
11	Ведение мяча средней частью стопы	1	0,5	0,5	20-21 неделя
12	Силовые и скоростно-силовые упражнения	0,5		0,5	22 неделя
13	Ведение мяча носком	0,5		0,5	23 неделя
14	Ведение мяча носком	1	0,5	0,5	24-25 неделя
15	Владение мячом	1		1	26-27 неделя
16	Удары по мячу головой.	0,5		0,5	28 неделя
17	Обводка. Обманные движения	1		1	29-30 неделя
18	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения.	1	0,5	0,5	31-32 неделя
19	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	1		1	33-34 неделя
	<b>ИТОГО</b>	<b>17ч</b>	<b>2,5ч (16%)</b>	<b>14,5ч (84%)</b>	

