


МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
АДМИНИСТРАЦИЯ ЭНГЕЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 9»

<p>«РАССМОТРЕНО» Руководитель ШМО <i>Мониз</i> /К.Г. Моница/ Протокол № 1 от «29» августа 2024</p>	<p>«СОГЛАСОВАНО» Заместитель директора по УВР МОУ «СОШ № 9» <i>Романова</i> /Н.С. Романова / «29» августа 2024</p>	<p>«УТВЕРЖДЕНО» Директор МОУ «СОШ № 9» <i>Розимонова</i> /С.Ф. Розимонова/ Приказ № 80-7/од от «29» августа 2024</p> 
--	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Мини футбол
предметной области «Физическая культура»
для обучающихся
5-9-х классов

Пояснительная записка

Программа физического воспитания учащихся 5 - 9 классов образовательной школы по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса.

Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приёмы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Календарно-тематический план рассчитан на 34 недели (2 часа в неделю - с учётом каникулярного времени).

Цели и задачи

- Всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры школьников.

- Достижение цели физического воспитания и, в частности, мини-футбола, обеспечивается решением основных задач, направленных на:

1. Содействию гармоничному развитию личности;
2. Привитие навыков здорового образа жизни;
3. Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
4. Обучение двигательным навыкам и умениям;
5. Приобретение теоретических знаний в области физической культуры и спорта, в том числе мини-футболе;
6. Развитие двигательных умений и навыков;
7. Умение выполнять технические приёмы мини-футбола в соответствии с возрастом;
8. Играть в мини – футбол, применяя изученные тактические приёмы.

При проведении занятий обеспечивается дифференцированный и индивидуальный подход к учащимся с учетом состояния здоровья, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты:

- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые социальные сообщества;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и

нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального, коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- осознание значения семьи в жизни человека и общества, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты проявляются в следующих областях культуры:

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и соревнования.

В области эстетической культуры:

- формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринуждённо.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнерами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

- самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости, соблюдая правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность.

Метапредметные результаты.

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты.

В области познавательной культуры:

понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

В области нравственной культуры.

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья.
- проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.
- ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.
- владение культурной речью, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения.

В области физической культуры.

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметные результаты.

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и коррегирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями, умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

1. Сдача нормативов.
2. Результативность товарищеских игр и соревнований.

Поурочное планирование (5 - 9 класс)

№	Наименование тем.	Кол-во часов.	Дата занятия
1	Инструктаж по технике безопасности. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде.	1	
2	Первичная подготовка детей в данном виде.	1	
3	Специальные упражнения.	1	
4	Челночный бег. Изучение упражнения «квадрат».	1	
5	Бег, прыжки. Изучение упражнения «контроль» мяча.	1	
6	Учебная игра.	1	
7	«Квадрат». Бег с изменением направления, челночный бег, прыжки через барьеры.	1	
8	Учебная игра.	1	
9	«Контроль» мяча. Челночный бег с последующим ударом по воротам.	1	
10	Отработка ударов по воротам. Учебная игра.	1	
11	Отработка техники передвижения и владения мячом.	1	
12	Передвижение спиной вперёд, повороты, удары по мячу внутренней стороной стопы, ведение мяча по кругу.	1	
13	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег с ходьбой.	1	
14	Учебная игра.	1	
15	Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	
16	Учебная игра.	1	
17	Отработка ударов по мячу из различных положений.	1	
18	Комбинации ударов. Учебная игра.	1	
19	Упражнение «квадрат». Двусторонняя игра.	1	
20	Общеразвивающие упражнения с набивными мячами. Игра ручной мяч.	1	
21	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1	
22	Товарищеская игра.	1	
23	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1	
24	Развитие скоростных и скоросно - силовых способностей, прыжки.	1	
25	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	
26	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	
27	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	
28	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	
29	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	
30	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	
31	Развитие координационных способностей.	1	
32	Ведение +удар по воротам, квадрат. Бег с остановками и изменением направления.	1	
33	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций	1	

	игроков + удар с сопротивлением.		
34	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1	
35	Полоса препятствий, удары – по неподвижному мячу, мяч стоит на месте. Змейка +удар.	1	
36	Отработка передач в движении, передача мяча.	1	
37	Двусторонняя учебная игра.	1	
38	Полоса препятствий, удары – по неподвижному мячу.	1	
39	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	1	
40	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	
41	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. Учебная игра.	1	
42	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1	
43	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов.	1	
44	Специальные упражнения. Удары по воротам.	1	
45	Специальные упражнения. Чеканка мяча. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений.	1	
46	Специальные упражнения.	1	
47	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	1	
48	Двусторонняя учебная игра.	1	
49	Комбинация из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	1	
50	Двусторонняя учебная игра. Работа вратаря.	1	
51	Товарищеская игра.	1	
52	Отбор мяча перехватом в движении, бег с препятствием.	1	
53	Специальные упражнения. Чеканка мяча	1	
54	Двусторонняя учебная игра.	1	
55	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1	
56	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	
57	Изучение техники игры вратаря.	1	
58	Отбор мяча перехватом в движении, бег с препятствием.	1	
59	Ведение мяча + удар по воротам.	1	
60	Двусторонняя учебная игра.	1	
61	Тактическая подготовка. Учебная игра.	1	
62	Общая физическая подготовка. Специальные упражнения с мячом.	1	
63	Игра на опережение, старты из различных положений.	1	
64	Отбор мяча перехватом в движении, бег с препятствием.	1	
65	Тренировка меткости. Бег с остановками и изменениями направления.	1	
66	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	
67	Двусторонняя учебная игра.	1	
68	Специальные упражнения с мячом. Сдача нормативов.	1	