

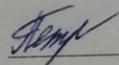
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Самарской области

МБОУ Школа №153 г.о. Самара

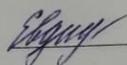
РАССМОТРЕНО
методическим объединением
учителей

Руководитель МО



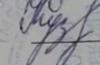
Протокол № 1
от "01" августа 2022 г.

ПРОВЕРЕНО
Заместителем директора по
методической работе

 Евдокименко Н.А.

"01" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ Школа № 153

 Кузнецова О.В.

Приказ № 469-од

от "08" августа 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Мини-футбол»
(для 5-8 классов)

Самара 2022

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

Личностные:

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;

Метапредметные:

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.

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,

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- 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.

Предметные:

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

1. Содержание курса внеурочной деятельности

5-8 класс

5 класс

№	Тема	Общее кол-во часов
1.	Передвижения и остановки	2
2.	Удары по мячу	8
3.	Остановка мяча	6
4.	Ведение мяча и обводка	5
5.	Отбор мяча	4
6.	Тактика игры	4
7.	Подвижные игры и эстафеты	1
8.	Физическая подготовка	2
9.	Игра вратаря	2
10.	Итого:	34ч

1. Передвижения постановки (2 часа).

1 Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.

2.Комбинации из освоенных элементов техники передвижений

2.Удары по мячу (8 часов).

1 Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.

2. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.

3. Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема

4. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъема

5. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.

6. Удар по летящему мячу серединой лба.

7. Удары по воротам различными способами на точность попадания в цель.

8. Удары по воротам различными способами на точность попадания в цель.

3.Остановка мяча (6 часов).

1.Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой

2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой

3. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой

4. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой

5.Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы б.Остановка

катящегося мяча внешней стороной стопы

4. Ведение мяча и обвод(5 часов).

1.Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой

2. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой

3. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника

4. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника

5. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника

5.Отбор мяча (4 часа).

1. Отбор мяча перехватом

2. Отбор мяча перехватом

3. Отбор мяча толчком плеча в плечо

4. Отбор мяча толчком плеча в плечо

б.Тактика игры (4 часа).

1. Двусторонняя учебная игра

2. Позиционные нападения без изменения позиций игроков

3. Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот
4. Позиционные нападения с изменением позиций игроков

7.Подвижные игры и эстафеты (1 час)

1. Игры развивающие физические способности

8.Физическая подготовка (2 часа)

1. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости
2. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости

9. Игра вратаря (2 часа)

1. Ловля мяча сверху в прыжке
2. Ловля мяча, летящего на встречу

6 класс

№	Тема	Общее кол-во часов
1.	Передвижения и остановки	1
2.	Удары по мячу	8
3.	Остановка мяча	6
4.	Ведение мяча и обводка	5
5.	Отбор мяча	4
6.	Тактика игры	4
7.	Подвижные игры и эстафеты	1
8.	Физическая подготовка	2
9.	Судейская практика	1
10.	Игра вратаря	2
11.	Итого:	34ч

1.Передвижения и остановки (1 час).

1 Комбинации из освоенных элементов техники передвижений

2.Удары по мячу (8 часов).

1. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
2. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы
3. Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема
4. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъема
5. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.

6. Удар по летящему мячу серединой лба.
7. Удар по летящему мячу серединой подъема.
8. Удары по воротам различными способами на точность попадания в цель.

3.Остановка мяча (6 часов).

- 1.Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
3. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
4. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
- 5.Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы б.
- Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы

4. Ведение мяча и обводка (5 часов).

- 1.Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой
2. Обводка с помощью обманных движений
3. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника
4. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника
5. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника
- 5.Отбор мяча (4 часа).

1. Отбор мяча перехватом
2. Отбор мяча перехватом
3. Отбор мяча толчком плеча в плечо
4. Отбор мяча толчком плеча в плечо

6.Тактика игры (4 часа).

1. Двусторонняя учебная игра
2. Позиционные нападения с изменениям позиций игроков
3. Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот
4. Позиционные нападения с изменением позиций игроков

7.Подвижные игры и эстафеты (1 час)

1. Игры развивающие физические способности

8.Физическая подготовка (2 часа)

1. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости
2. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости

9. Судейская практика (1 пас)

1. Судейство игры в футбол
10. Игра вратаря (2 часа)
- 1 Ловля мяча сверху в прыжке
- 2.Ловля мяча, летящего на встречу

7 класс

№	Тема	Общее кол-во часов
1	Удары по мячу	7
2	Остановка мяча	5
3	Ведение мяча и обводка	5
4	Отбор мяча	5
5	Тактика игры	2
6	Подвижные игры и эстафеты	
7	Физическая подготовка	2
8	Судейская практика	2
9	Игра вратаря	2
10	Итого:	34ч.

1. Удары по мячу(7 часов)

1. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
2. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы
3. Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема
4. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъема
5. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.
6. Удар по летящему мячу серединой лба.
7. Удар по летящему мячу серединой подъема.

2. Остановка мяча (5 часов)

- 1.Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
3. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
4. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
- 5.Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы

3. Ведение мяча и обводка (5 часов)

- 1.Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой

2. Обводка с помощью обманных движений
3. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника
4. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника
5. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника

4. Отбор мяча (4 часа)

1. Отбор мяча перехватом
2. Отбор мяча перехватом
3. Отбор мяча толчком плеча в плечо
4. Отбор мяча толчком плеча в плечо

5. Тактика игры (5 часов)

1. Двусторонняя учебная игра
2. Позиционные нападения с изменением позиций игроков
3. Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот
4. Позиционные нападения с изменением позиций игроков
5. Двусторонняя учебная игра

6. Подвижные игры и эстафеты (2 часа)

1. Игры развивающие физические способности
2. Игры, развивающие физические способности

7. Физическая подготовка (2 часа)

1. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости
2. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости

8. Судейская практика (2 часа)

1. Судейство игры в футбол
 2. Судейство игры в футбол.
9. Игра вратаря (2 часа)

- 1.Ловля мяча сверху в прыжке
- 2.Ловля мяча, летящего на встречу

8 класс

№	Тема	Общее кол-во часов
1	Удары по мячу	7
2	Остановка мяча	5

3	Ведение мяча и обводка	5
4	Отбор мяча	5
5	Вбрасывание мяча	2
6	Игра вратаря	2
7	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1
8	Тактика игры	4
9	Физическая подготовка	2
10	Судейская практика	1
11	Итого:	34ч.

1. Удары по мячу (7 часов)

1. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
2. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы
3. Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема
4. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъема
5. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.
6. Удар по летящему мячу серединой лба.
7. Удар по летящему мячу серединой подъема.

2. Остановка мяча (5 часов)

1. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
3. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
4. Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой
5. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы

3. Ведение мяча и обводка (5 часов)

1. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой
 2. Обводка с помощью обманных движений
 3. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника
 4. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника
 5. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника
4. Отбор мяча (5 часов)

1. Отбор мяча перехватом

2. Отбор мяча перехватом

3. Отбор мяча толчком плеча в плечо
4. Отбор мяча толчком плеча в плечо
5. Отбор мяча в подкате

5. Вбрасывание мяча (2 часа)

1. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом
2. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом

6. Игра вратаря (2 часа)

1. Ловля мяча сверху в прыжке
2. Ловля мяча, летящего на встречу

7. Выполнение *выбрасывания* и освоенных элементов техники перемещений и владения мячом (1 час)

1. Ведение, удар (передача мяча), прием мяча, остановка, удар по воротам

8. Тактика игры (4 часа)

1. Двусторонняя учебная игра
2. Позиционные нападения с изменением позиций игроков
3. Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот
4. Позиционные нападения с изменением позиций игроков

9. Физическая подготовка (2 часа)

1. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости
2. Развитие силовых, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости и гибкости

10. Судейская практика (1 час)

1. Судейство игры в футбол