

Муниципальная бюджетная общеобразовательная организация
Матвеевская средняя школа имени Виктора Ивановича Кочеткова
муниципального образования «Старомайнский район» Ульяновской области

Согласовано:

Зам. директора школы по
УВР

МБОУ Матвеевская СШ

им. В.И. Кочеткова

Титова Е.Н.

«30» августа 2024 г.

Утверждено:

Директор

МБОУ Матвеевская СШ

им. В.И. Кочеткова

/Ловчева О.Б./

Приказ №168

от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности

Юный футболист
для 9 класса

Направление: спортивно-оздоровительное

Учитель: Краюхина Н.В.

Первая квалификационная категория.

Количество часов 34

учебный год 2024-2025

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.

Личностные результаты:

- положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности.
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о способах профилактики заболеваний средствами физической культуры

В области нравственной культуры:

- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь (мячи, скакалки.....) и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;

В области эстетики:

- красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

В области коммуникативной культуры:

- анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками ведения мяча (выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты:

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек и (отклоняющегося) поведения;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека.

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;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий.

В области эстетической культуры:

- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:-

владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме; - владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты:

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- умение оказывать помощь товарищу при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической подготовке ;
- обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры:

- способности вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

В области физической культуры:

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОГРАММЫ.

После года обучения занимающийся в кружке ожидает, что он наберёт достаточный уровень общей физической подготовки, приобретёт навыки и умения игры в футбол. На первом году обучения занимающиеся хорошо владеют игровыми ситуациями и это поможет им достичь высокого уровня специальной подготовки.

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями - значение правильного режима дня юного спортсмена;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;

Ученик научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных требований

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ:

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

3. Техническая подготовка

Различные способы перемещения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Прием (остановка) мячей. Ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Комплексное выполнение технических приемов.

4. Тактическая подготовка.

Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря.

5. Общая физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с набивным мячом Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.

6. Специальная физическая подготовка.

Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости.

7. Игровая подготовка.

Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Инструкторская и судейская практика.

9. Соревнования

10. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов (1ч.)

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

<i>№ урока</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол- во часов</i>
1	История развития футбола в России ОРУ на месте. ОРУ в движении. специальные упражнения для футболистов. Элементы футбола Удар по мячу ногами. Правила игры в футбол. Двух- стороная игра. Жесты Судьи.	1
2	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболистов. Элементы футбола. Удар по неподвижному мячу. Правила игры. Игра в футбол. Жесты Судьи.	1
3	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболистов Элементы футбола. Удар по мячу подъемом. Игра в футбол. Товарищеская встреча по футболу	1
4	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболиста. Элементы Футбола. Удар по мячу с серединой подъема. Правила игры. Жесты судьи. Игра в футбол.	1
5	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболиста. Элементы футбола. Удар внутренней части подъема. Игра в футбол. (Отработка) Правила Игры. Жесты Судьи.	1

6	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболиста. Правила игры Удар внешней части подъема. Двух сторонняя игра. Футбол .Учебная игра.	1
7	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболиста. Элементы футбола. Правила игры. Удар носком. Удар пяткой. Двух сторонняя игра в футбол. Правила.	1
8	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболиста. Элементы футбола. Правила игры. Удар-откидка мяча подошвой. Двух сторонняя игра в футбол. Жесты Судьи.	1
9	ОРУ на месте и в движении специальные упражнения для футболиста. Правила игры. Резанные удары по мячу. Двух сторонняя игра в футбол. Жесты Судьи.	1
10	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Правила игры. Жесты судьи. Элементы футбола. Прием катящихся мячей внутренней стороной топы. Двух сторонняя игра в футбол.	1
11	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Правила игры. Жесты судьи. Прием катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом его за спину. Двухсторонняя игра в футбол.	1
12	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Правила игры. Жесты судьи. Прием опускающихся на игрока мячей внутренней стороной стопы. Двух сторонняя игра в футбол.	1
13	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Правила игры. Жесты судьи. Прием летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Двух сторонняя игра в футбол.	1
14	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Элементы футбола. Правила игры. Жесты судьи. Прием катящихся мячей подошвой. Двух сторонняя игра в футбол.	1
15	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Правила игры. Жесты судьи. Прием опускающиеся мяча подошвой. Двухсторонняя игра в футбол. Товарищеская встреча по футболу	1
16	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Правила игры. Жесты судьи. Прием опускающегося мяча с серединой подъема. Двух сторонняя игра в футбол.	1
17	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Остановка мяча ступнёй. Остановка мяча бедром. Двух сторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1

18	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Удар по мячу головой. Удар по мячу внутренней части стопы. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи	1
19	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Остановка мяча грудью. Удар по мячу внешней частью стопы. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи	1
20	ОРУ на месте и в движении. Элементы футбола. Специальные упражнения для футболистов. Дальняя передача мяча. Работа с вратарем. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
21	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Ближние передачи мяча. Удар по мячу пяткой. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
22	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Удар по мячу средней части стопы. Дальняя передача мяча. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи. Товарищеская встреча по футболу	1
23	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Бег 1 км на выносливость. Тесты челночный бег, двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
24	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Тактика игры с защитой. Остановка мяча бедром. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
25	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Тактика игры в нападении. Остановка мяча грудью. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
26	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Элементы футбола. Действия обороняющегося против соперника без мяча. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
27	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Элементы футбола. Действия обороняющегося против соперника с мячом. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
28	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Групповые действия в обороне. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
29	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Разбор игроков. Подстраховка. Двухсторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
30	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для	1

	футболистов. Переключение. Групповой отбор. Двух сторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	
31	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Остановка мяча Действия обороняющихся в игре в меньшинстве. Двух сторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
32	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Элементы футбола. Командные тактические действия. Концентрированная оборона. Двух сторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
33	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Рассредоточенная оборона. Прессинг. Двух сторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи.	1
34	ОРУ на месте и в движении. Специальные упражнения для футболистов. Персональная система обороны. Двух сторонняя игра в футбол. Правила игры. Жесты судьи. Товарищеская встреча по футболу . Итоговое занятие года.	1

Лист корректировки тематического планирования

Предмет: Юный футболист

Класс 9

Учитель Краюхина Н.В.

2024-2025 учебный год

№ урока	Тема	Количество часов		Причина корректировки	Способ корректировки
		по плану	дано		