

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 6-7 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

№	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.

#### 5. Поурочно – тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов
1.	Инструктаж по технике безопасности.	1
2.	Удар по мячу внутренней части ноги.	1
3.	Удар по мячу внутренней части ноги.	1
4.	Удар по мячу внешней части ноги.	1
5.	Удар по мячу внешней части ноги.	1
6.	Ведение мяча.	1
7.	Ведение мяча.	1
8.	Обводка мяча.	1
9.	Обводка мяча.	1
10.	Двусторонняя игра.	1
11.	Двусторонняя игра.	1
12.	Силовые упражнения.	1
13.	Силовые упражнения.	1
14.	Силовые упражнения.	1
15.	Силовые упражнения.	1
16.	Развитие координации.	1
17.	Развитие координации.	1
18.	Развитие координации.	1
19.	Развитие координации.	1
20.	Передача мяча на среднюю дистанцию.	1
21.	Передача мяча на среднюю дистанцию.	1
22.	Круговая тренировка.	1
23.	Круговая тренировка.	1

24.	Передача мяча на длинную дистанцию.	1
25.	Передача мяча на длинную дистанцию.	1
26.	Передача мяча на длинную дистанцию.	1
27.	Передача мяча на длинную дистанцию.	1
28.	Двусторонняя игра.	1
29.	Двусторонняя игра.	1
30.	Развитие гибкости.	1
31.	Развитие гибкости.	1
32.	Финты и дриблинги.	1
33.	Финты и дриблинги.	1
34.	Передача мяча верхом.	1
35.	Передача мяча верхом.	1
36.	Передача мяча верхом.	1
37.	Передача мяча верхом.	1
38.	Тактические действия в обороне.	1
39.	Тактические действия в обороне.	1
40.	Отработка ударов.	1
41.	Отработка ударов.	1
42.	Двусторонняя игра.	1
43.	Двусторонняя игра.	1
44.	Развитие скоростных способностей.	1
45.	Развитие скоростных способностей.	1
46.	Развитие скоростных способностей.	1
47.	Развитие скоростных способностей.	1
48.	Приём мяча внутренней части ноги.	1
49.	Приём мяча внутренней части ноги.	1
50.	Тактические действия в атаке.	1
51.	Тактические действия в атаке.	1
52.	Двусторонняя игра.	1
53.	Двусторонняя игра.	1
54.	Круговая тренировка.	1
55.	Круговая тренировка.	1
56.	Круговая тренировка.	1
57.	Круговая тренировка.	1
58.	Стандартные положения.	1
59.	Стандартные положения.	1
60.	Стандартные положения.	1
61.	Стандартные положения.	1
62.	Двусторонняя игра.	1
63.	Двусторонняя игра.	1
64.	Техника игры вратаря.	1
65.	Техника игры вратаря.	1
66.	Техника игры вратаря.	1

67.	Контрольная игра.	1
68.	Контрольная игра.	1

#### 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.