


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кадетская морская школа-интернат имени Героя Советского Союза
М.И. Гаджиева»

РАССМОТРЕНО

руководитель ШМО


Джабраев А. Х.
Протокол № _____
от « » 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР


Сергеева М.В.
«28» 02 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор


Омаров О.К.
Приказ № _____
от « » 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМУ НАПРАВЛЕНИЮ

по курсу «Футбол»

Уровень образования (класс): среднее общее образование, 5 класс

Количество часов: 34 часа, в неделю 1 час

Учитель: Кудрявцев Леонид Анатольевич

г. Каспийск 2024

Календарно-тематическое планирование 5 класс.

Пояснительная записка

Рабочая программа предназначена для внеурочных занятий по спортивно-оздоровительному направлению (развитие личности и самореализация обучающихся).

Программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес школьников к данному виду спорта.

Целью занятий являются разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

В группе решаются определённые задачи:

- 1) укрепление здоровья и закаливание организма;
- 2) привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- 3) обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- 4) овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- 5) участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

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.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбираются 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.

Методы и формы обучения.

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.

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьных соревнованиях. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Ожидаемый результат

В конце изучения программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, повышение социальной адаптации учащихся, сформированность коммуникативных способностей обучающихся, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и региональных мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Планируемые результаты

освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол в школе» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Календарно-тематическое планирование 5 класс.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата урока	
			План	Факт
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	3.09.24	
2.	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	10.09.24	
3.	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	17.09.24	
4.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	24.09.24	
5.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	1.10.24	
6.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	8.10.24	
7.	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра. Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол	1	15.10.24	
8.	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1	22.10.24	
9.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	29.10.24	
10.	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	5.11.24	
11.	Отработка паса в парах. Футбол.	1	12.11.24	
12.	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	19.11.24	
13.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	26.11.24	
14.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	3.12.24	
15.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1	10.12.24	
16.	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1	17.12.24	
17.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	24.12.24	
18.	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	1	14.01.25	
19.	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	1	21.12.25	
20.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	28.12.25	
21.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1	4.03.25	
22.	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1	11.03.25	
23.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	1	18.03.25	
24.	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	1	25.03.24	

25.	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	1	1.04.25	
26.	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1	8.04.25	
27.	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. Игра вратаря.	1	15.04.25	
28.	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	1	22.04.25	
29.	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	1	29.04.25	
30.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	1	6.05.25	
31.	Прием мяча различными частями тела.	1	13.05.25	
32.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1	22.05.24	
33.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. Двухсторонняя игра.	1	27.05.24	
34.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1	30.05.24	