

Управление образования администрации Нижнеломовского района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

"Средняя школа № 4 Г. Нижний Ломов"

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
Протокол №10 от 30.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 159 от 30.08.2024г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Мини-футбол»
8-9 классы**

Разработал
Сурков Геннадий Васильевич
учитель физической культуры
МБОУ «Средняя школа №4
г. Нижний Ломов»

г. Нижний Ломов, 2024 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Мини-футбол» девушки 8-9 классов разработана для реализации содержания ООП ООО МБОУ «СШ №4 г. Нижний Ломов» с учётом плана внеурочной деятельности МБОУ «СШ №4 г. Нижний Ломов».

В соответствии с учебным планом МБОУ «СШ №4 г. Нижний Ломов» на изучение курса «Мини-футбол» отводится 136 часов, 4 часа в неделю.

Цель программы – углублённое изучение спортивной игры мини-футбол.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по мини-футболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по мини-футболу.

Формы проведения занятий включают:

подвижные игры, игры с элементами мини-футбола, соревнования, эстафеты, игровые упражнения, работа в парах, группах, индивидуальная работа, контрольные занятия (разбор ошибок).

Итоговые занятия планируется проводить в форме соревнований.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

- в выделении в цели программы ценностных приоритетов;
- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для обучающихся, обеспечивающих их вовлечённость в совместную с педагогом и сверстниками деятельность.

Планируемые результаты

Планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы).

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в мини-футбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Ожидаемым результатом прохождения программы должен стать интерес учащихся к спорту, в частности, к мини-футболу.

Содержание программы

Вводное занятие.

Инструктаж по технике безопасности.

Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

Теоретическая подготовка

Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Разновидности футбола и чем они отличаются.

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.

Тактическая подготовка

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

Общая физическая подготовка

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

Специальная физическая подготовка

Специальные упражнения для развития быстроты, ловкости, координации движений, силы, выносливости.

Игровая подготовка

Подвижные игры. Спортивные игры. Эстафеты (с мячом и без мяча, из различных исходных положений).

Инструкторская и судейская практика

Исправление ошибок, ведение счёта игры, судейство игр.

Соревнования

Товарищеские игры, участие в районных и областных соревнованиях.

Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

Тематическое планирование

№ п/ п	Разделы программы	Кол-во часов
	<i>Удары по мячу / Приём (остановка) мяча</i>	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Мини-футбол.	2
2	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	2
3	Удар по неподвижному мячу внутренней стороны стопы. Учебная игра с заданием.	2
4	Приём катящихся мячей подошвой. Учебная игра с заданием.	2
5	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы. Учебная игра с заданием.	2
6	Удар по мячу подъёмом. Учебная игра с заданием.	2
7	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом его за спину. Двухсторонняя игра.	2
8	Удар внутренней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2
9	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра.	2
10	Удар серединой подъёма. Учебная игра с заданием.	2
11	Удар внешней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2
12	Приём опускающихся мячей внутренней стороной стопы. Учебная игра с заданием.	2
13	Удар носком. Учебная игра с заданием.	2
14	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом его за спину. Двухсторонняя игра.	2
15	Удар-бросок стопой. Учебная игра с заданием.	2
16	Приём опускающегося мяча подошвой. Учебная игра с заданием.	2
17	Удар - откидка мяча подошвой. Учебная игра с заданием.	2
18	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Двухсторонняя игра.	2
19	Удар пяткой. Учебная игра с заданием.	2
20	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Двухсторонняя игра.	2
21	Удар по мячу с лёту средней и внутренней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2
22	Приём опускающегося в стороне от игрока мяча внешней стороной стопы. Двухсторонняя игра.	2
23	Удар с полулёта. Учебная игра с заданием.	2
24	Боковой удар с лёта. Учебная игра с заданием.	2
25	Приём опускающегося мяча внешней стороной стопы.	2

	Двухсторонняя игра.	
26	Приём летящих мячей головой. Учебная игра с заданием.	2
27	Приём опускающегося мяча бедром. Учебн. игра с заданием.	2
28	Приём мяча голенью. Учебная игра с заданием.	2
29	Удар серединой лба из опорного положения. Учебная игра с заданием.	2
30	Удар серединой лба в прыжке. Учебная игра с заданием.	2
31	Внешней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2
32	Внутренней стороной стопы. Учебная игра с заданием.	2
33	Серединой подъёма. Учебная игра с заданием.	2
34	Подоймой. Учебная игра с заданием.	2
35	Отбор накладыванием стопы. Учебная игра с заданием.	2
36	Отбор выбиванием. Учебная игра с заданием.	2
37	Отбор перехватом. Учебная игра с заданием.	2
38	Уходом. Двухсторонняя игра.	2
39	Уходом с убиением мяча внутренней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2
40	Уходом с ложным замахом и разворотом на 180 ⁰ . Учебная игра с заданием.	2
41	Удар по мячу подъёмом. Учебная игра с заданием.	2
42	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом его за спину. Двухсторонняя игра.	2
43	Удар внутренней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2
44	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра.	2
45	Удар серединой подъёма. Учебная игра с заданием.	2
46	Удар внешней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2
47	Приём опускающихся мячей внутренней стороной стопы. Учебная игра с заданием.	2
48	Удар носком. Учебная игра с заданием.	2
49	Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом его за спину. Двухсторонняя игра.	2
50	Удар-бросок стопой. Учебная игра с заданием.	2
51	Приём опускающегося мяча подошвой. Учебная игра с заданием.	2
52	Удар - откидка мяча подошвой. Учебная игра с заданием.	2
53	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Двухсторонняя игра.	2
54	Удар пяткой. Учебная игра с заданием.	2
55	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Двухсторонняя игра.	2
56	Удар по мячу с лёту средней и внутренней частью подъёма. Учебная игра с заданием.	2

57	Приём опускающегося в стороне от игрока мяча внешней стороной стопы. Двухсторонняя игра.	2
58	Удар с полулёта. Учебная игра с заданием.	2
59	Боковой удар с лёта. Учебная игра с заданием.	2
60	Приём опускающегося мяча внешней стороной стопы. Двухсторонняя игра.	2
61	Приём летящих мячей головой. Учебная игра с заданием.	2
62	Приём опускающегося мяча бедром. Учебн. игра с заданием.	2
63	Приём мяча голенью. Учебная игра с заданием.	2
64	Двухсторонняя игра.	2
65	Двухсторонняя игра.	2
66	Двухсторонняя игра.	2
67	Двухсторонняя игра.	2
68	Двухсторонняя игра.	2

Электронные образовательные ресурсы <http://yaca.yandex>.
<http://footballtrainer.ru/books/football>