Министерство просвещения Российской Федерации
Департамент общего образования Томской области
Департамент образования администрации Города Томска
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
гимназия №24 имени М.В. Октябрьской г. Томска

Согласовано	**Принято**	**Утверждаю**
Научно-методический совет	Педагогический совет	Директор гимназии М.И. Якуба
Протокол №6 от «19» июня 2022г.	Протокол №25 от «31» августа 2022г.	Приказ №214 -пр от «31» августа 2022г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 46EB0306093B43B1ED387BF561F08FE6
Владелец: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №24 ИМЕНИ М.В. ОКТЯБРЬСКОЙ Г. ТОМСКА
Действителен: с 14.09.2022 до 08.12.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Школьная спортивная секция «Футбол для всех»

Форма организации деятельности: групповые, практические занятия
Направление: **Спортивно-оздоровительное**
Возраст обучающихся – 15-16 лет (9 классы)
Количество часов по плану в неделю: 1 час
Количество часов в год: 34 часа

Составитель:
Мигаль Владимир Николаевич, учитель физической культуры

Томск 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовая база

При разработке рабочей программы по курсу внеурочной деятельности **«Чтение для всех: технология создания буктрейлера»** учитывались следующие нормативно-правовые документы:

- Конституция Российской Федерации (ст. 43, 44).
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Фундаментальное ядро содержания общего образования.
- Концепция духовно - нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи «О направлении методических рекомендаций» №09-1762 от 18.08.2017г.
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки от 17 декабря 2010 г. № 1897. (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644, от 31.12.2015 N 1577).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 11.12.2020 № 712 «О внесении изменений в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания обучающихся».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее - СП 2.4.3648-20).
- Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (далее – Гигиенические нормативы).
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.43598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
- Письмо Первого заместителя Министра просвещения РФ Д.Е.Глушко «Об организации работы общеобразовательных организаций» от 12.08.2020г. №ГД-1192/03».

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ».
- Письмо Министерства просвещения РФ от 17.03.2020 № ДТ-41/06 «Об организации обучения в дистанционной форме».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17 марта 2020 г. №104 «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования, соответствующего дополнительного профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации».
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г.№ 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Письмо Первого заместителя Министра просвещения РФ Д.Е.Глушко «Об организации работы общеобразовательных организаций» от 12.08.2020г. №ГД-1192/03».
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22 мая 2020 г. № 15 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1.3597-20 «Профилактика новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»; от 30 июня 2020 г. №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (далее – СП 3.1/2.43598-20).
- Примерная общеобразовательная программа основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15 размещена в реестре примерных основных общеобразовательных программ Министерства образования и науки Российской Федерации (в редакции протокола № 1/20 от 04.02.2020 федерального учебно-методического объединения по общему образованию). (http://fgosreestr.ru).
- Примерная рабочая программа воспитания образовательных организаций (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 23.06.2022 г. № 3/22).
- Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2018 г. N 08-1214.
- *Программа развития МАОУ гимназии № 24 им. М.В. Октябрьской г. Томска.*
- *Основная общеобразовательная программа основного общего образования МАОУ гимназии №24 им. М.В. Октябрьской г. Томска.*
- *Положение о формах обучения в МАОУ гимназии №24 им. М. В. Октябрьской г. Томска.*
- *Правила внутреннего распорядка МАОУ гимназии № 24 им. М.В. Октябрьской г. Томска.*
- *Положение об организации образовательной деятельности с использованием электронного обучения и дистанционного образовательных технологий при реализации основных общеобразовательных программ на всех уровнях образования гимназии.*

- *Устав МАОУ гимназии №24 им. М.В. Октябрьской г. Томска.*

Курс «Футбол для всех» разработан в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основе федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования и с учетом примерных основных образовательных программ основного общего образования, Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24 декабря 2018 г.

Данная рабочая программа разработана на основе

Социально-экономические потребности современного общества в здоровом, воспитанном и активном подрастающем поколение.

Учебный предмет «Физическая культура» является основным средством физического воспитания. Одно из главных мест в системе физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол. Футбол одна из старейших и самых популярных спортивных командных игр в мире. Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию и оказывает на организм всестороннее влияние.

Курс внеурочной деятельности «Футбол для всех» обеспечивает реализацию 3-го часа физической культуры в 9 классах и для создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. Содержание курса сочетается со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в гимназии (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всеми возрастными категориями обучающихся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Командный характер игры «футбол» воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый обучающийся может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Занятия футболом расширяют возможности эстетического воздействия на занимающихся, развивая у спортсменов стремление к физической красоте, к творческим проявлениям, к эстетически оправданному поведению. Сегодня красота футбола олицетворяется не только в демонстрации техники, в исполнительском мастерстве отдельных игроков, в эффективном завершении игровых эпизодов. Чувство прекрасного вызывает и сам процесс игры, его композиция, коллективизм и взаимодействия игроков.

Курс реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

– право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-

методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п.п. 6 п. 3 ст. 28 Закона);

– право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

Цель курса – содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры обучающихся с использованием средств футбола, формирования у подрастающего поколения потребности в ведении здорового образа жизни.

Задачи курса:

1. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе.
2. Приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола.
3. Укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма.
4. Воспитание нравственных качеств, чувства товарищества и личной ответственности, сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.

Преимущество курса состоит в том, что используемые в процессе обучения технологии:

-способствуют повышению общего уровня двигательной активности обучающихся;

-содействуют укреплению опорно-двигательного аппарата и улучшению работы кровеносной и дыхательной систем организма;

-решают комплекс основных задач физического воспитания на ступени основного общего образования;

-создают оптимальные условия гармоничного развития личности, обеспечивая гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности на всех ступенях образования в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;

-совершенствуют интеграцию уроков физической культуры, внеурочной деятельности, системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и деятельности школьного спортивного клуба;

-способствуют развитию основных физических качеств, игрового мышления обучающихся.

Данная рабочая программа курса ориентирована на организацию занятий футболом в рамках третьего часа урока физической культуры, изучение теоретических основ и освоение базовых элементов техники футбола предполагается в объеме 34 ч в год (1 ч в неделю) в плане внеурочной деятельности гимназии.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности составлена в соответствии с планом внеурочной деятельности МАОУ гимназии №24 им. М.В. Октябрьской г. Томска.

Курс реализуется в гимназии на протяжении всего учебного периода по 1 часу в неделю (п. 10.20 СанПиН 2.4.2.2821-10) в объеме 34 часов в 9 классе.

Содержание Модуля расширяет и дополняет знания, полученные в результате освоения рабочей программы учебного предмета «Физическая культура».

В условиях небольшого школьного зала посредством футбола ла достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности.

Адресат программы.

Программа предназначена для детей 15-16 лет. В группе 10-15 человек.

Форма и режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Количество часов в год – 34

Форма и режим занятий

В процессе занятий используются различные формы занятий: традиционные, комбинированные и практические занятия. В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся, как на занятии, так и в виде задания на дом.

Длительность учебного часа – 40 минут.

Форма организации деятельности учащихся: групповая.

Форма обучения - очная.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (осуществляется через беседы об основах техники ведения игры инструктажи о правилах поведения на занятиях);
- наглядный (показ учащимся образцов, приемов, техники выполнения основных приемов ведения игры);
- практический (последовательное освоение этапов ведения игры, выполнение практических заданий, самостоятельных работ, домашних заданий);
- объяснительно – иллюстративный (демонстрация учебных наглядных пособий, плакатов).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно – иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и
- освоенные способы деятельности;
- частично – поисковый – участие в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально – фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем и другие.

Методы диагностики личностного развития воспитанников:

- сравнение и анализ выполняемых упражнений, итоговый анализ
- полученных умений и навыков воспитанников за период обучения.

1.РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373) курс «Футбол для всех», направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты освоения курса отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения курса. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном

отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты освоения курса характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в игровой деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания Модуля, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательной деятельности (умение учиться), так и в повседневной жизни обучающихся.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления с использованием игры в футбол;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол; определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
- владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- овладение способностью использовать знаки, символы, схемы в игровой и соревновательной деятельности по футболу;
- аргументирование своей позиции и координирование ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

Предметные результаты освоения курса характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения курса и проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умении творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий футболом.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения, истории возникновения и развития игры в России и мире;
- владение различными приемами владения мячом;
- применение тактических и стратегических приемов организации игры в футбол в быстро меняющейся игровой обстановке;
- применение различных приемов владения мячом и специальными упражнениями футбола, активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

• овладение основными техническими и тактическими элементами футбола и применение их в игре в групповых и командных действиях в нападении и защите;
• организация соревнований по футболу для обучающихся младшего школьного возраста;
• овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и т.д.);
• формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Выпускник научится:

- раскрывать основные понятия правила игры в футбол и применять их в процессе самостоятельных и совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать особенности техники выполнения двигательных действий и физических упражнений игры «футбол»;
- анализировать и исправлять наиболее распространенные ошибки, допускаемые при выполнении технических приемов игры в футбол;
- выполнять упражнения, рекомендуемые футболистам для развития таких двигательных качеств, как сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость;
- владеть индивидуальными и групповыми тактическими действия в атаке и в обороне;
- использовать знания и практические навыки по освоению технических приемов в игре без мяча (передвижение, остановки, повороты, прыжки) и при владении мячом (удары по мячу ногами и головой; остановка мяча ногой, животом, грудью, ведение мяча и выполнение ударов; отбор мяча перехватом, толчком и подкатом; вбрасывание мяча с места и с разбега);
- руководствоваться правилами техники безопасности занятий футболом, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от места проведения занятий;
- применять полученные знания и умения в соревновательной деятельности по футболу;
- выполнять контрольные упражнения футболиста (приложение 2).
- определять признаки положительного влияния занятий футболом на укрепление здоровья.

Уровни воспитательных результатов освоения занятий внеурочной деятельности:

1. Результаты первого уровня (приобретение обучающимися социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение обучающимися социальных знаний о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры, к людям других поколений и социальных групп. Приобретение обучающимися социальных знаний о ситуации межличностных взаимоотношений, ее структуре, пространстве взаимодействия, способах управления социокультурным пространством; овладения способами самопознания, рефлексии; условие представлений самопрезентации в различных ситуациях взаимодействия, об организации собственной частной жизни и быта; освоение способов исследования поведения человека в различных ситуациях, способов ситуации взаимодействия, инструментов воздействия, понимания партнёра.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений обучающегося к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в

целом): развитие ценностных отношений обучающегося к родному Отечеству, родной природе и культуре, к труду, к другим людям, к своему здоровью и внутреннему миру. Получение обучающимся опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеют участие и проведение гимназических мероприятий: школьный этап ВСОШ, участие в гимназических спортивных соревнованиях, ученическая гимназическая конференция.

3.Результаты третьего уровня (приобретение обучающимися опыта самостоятельного социального действия): обучающийся может приобрести опыт самостоятельной общественного действия – включает освоение способов решения задач по привлечению организационных возможностей для реализации проекта в сфере художественного творчества. Для этого обучающийся овладевает инструментами межличностного взаимодействия (ведение переговоров, выявление интересов, выявление интересов потенциального партнера).

Здесь осваивается умение представить собственные разработки заказчикам, зрителям, экспертам. Опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; опыт управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с социальными объектами за пределами школы, в открытой общественной среде (участие на соревнованиях по футболу на разных уровнях, на муниципальном и заключительном этапе ВСОШ; региональной научно-практической конференции «Мир науки глазами детей» и др.).

Способы проверки освоения программы:
- повседневное систематическое наблюдение;
-сдача контрольных нормативов по физической подготовке;
-участие в спортивных праздниках, конкурсах;
-участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации программы:
-спортивные праздники, конкурсы;
- матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- соревнования школьного, районного масштабов.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

Тестирование в начале учебного года – в сентябре – октябре; затем в его середине – в декабре – январе и в апреле – мае.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

2.СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
с указанием форм организации и видов деятельности.

РАЗДЕЛ 1. ЗНАНИЯ О ФУТБОЛЕ. 5ч

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.

Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Игровые амплуа в футболе. Подбор общеразвивающих упражнений для разминки футболистов различных амплуа.

Характеристика и деятельность обучающихся
Знать и соблюдать технику безопасности во время занятий футболом. Знать историю развития футбола в мире и России. Выявлять успехи российских футболистов на мировой арене. Знать параметры полей и их оборудование для занятий и соревнований по футболу. Применять правила игры в футбол для самостоятельных занятий.
Знать строение и функции организма человека. Знать влияние физических упражнений на организм обучающихся. Применять гигиенические знания и навыки в повседневной жизни. Соблюдать режим дня и питания футболиста. Применять самоконтроль при занятиях футболом. Уметь оказывать первую медицинскую помощь.
Знать игровые амплуа в футболе. Знать название упражнений для развития физических качеств футболистов различных амплуа. Отбирать и составлять комплекс упражнений для развития основных физических качеств футболиста.
Проявлять толерантность к сверстникам.

РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. 12ч

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение соревнований по футболу для обучающихся младшего возраста во время активного отдыха и каникул.

Оценка техники осваиваемых специальных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений. Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

Виды деятельности:

Уметь подбирать одежду, обувь для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами футбола во время активного отдыха и каникул.
Понимать выполнение основных упражнений с футбольным мячом. Описывать технику упражнений с футбольным мячом. Устранять ошибки в технике выполнения упражнений с футбольным мячом.
Знать контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности футболиста. Сравнивать свои результаты выполнения контрольных упражнений с результатами других обучающихся.

РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ. 14 ч

Общеразвивающие физические упражнения

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Технические действия в игре.

Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом, по прямой, дугами, с изменением направления и скорости.

Прыжки: вверх, вверх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на одной ноге; в стороны и назад; на месте и в движении. Остановка во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа и слева) мячу; по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма; внешней частью подъёма; после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое среднее расстояние.

Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка мяча: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад; внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча; с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча: внутренней частью подъёма, внешней частью подъёма; правой, левой ногой и поочерёдно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущимися партнёрами; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты): «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в сторону и уйти с мячом в другую); «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом); «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).

Отбор мяча: при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча: из-за боковой линии; с места из положения ноги вместе и шага; на точность: в ноги или на ход партнеру.

Техника игры вратаря: основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.

Ловля: летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке; катящего и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением; высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и с разбега; летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом.

Быстрый подъём с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной или двумя рукам без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тактические действия в нападении.

Индивидуальные действия без мяча. Выбор месторасположения на футбольном поле.

Индивидуальные действия с мячом. Способы остановки в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Передача в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Игровые комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободных ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Выбор позиции по отношению «опекаемого» игрока и противодействие получению им мяча. Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Выбор правильной позиции в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара». Розыгрыш мяча от своих ворот; вести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Виды деятельности:

Общеразвивающие физические упражнения.	
Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.	Составлять комплексы специальных упражнений технических действий футболиста.
Спортивно-оздоровительная деятельность	
Тактические действия в игре.	Знать технику выполнения и применять в игре технические действия (перемещение игрока; удары по мячу, ведение, отбор и передача мяча различным способом и другие). Демонстрировать приобретенные знания в игровой и соревновательной деятельности.
Тактические действия в нападении.	Уметь общаться и взаимодействовать со сверстниками во время выполнения групповых тактических действий. Демонстрировать приобретённые знания и умения в игровой и соревновательной деятельности. Знать и уметь выполнять индивидуальные тактические действия без мяча и с мячом. Владеть групповыми тактическими действиями.
Тактические действия в защите	Знать и уметь выполнять индивидуальные тактические действия в защите. Уметь выбирать игровую позицию на поле. Владеть техникой взаимодействия игроков в различных игровых ситуациях.
Техника игры вратаря.	Владеть техникой введения мяча в игру. Уметь выполнять различные удары по мячу.
Тактика вратаря.	Владеть тактикой игры вратаря. Уметь выбирать место в воротах в зависимости от игровой ситуации. Уметь выбрать свободного игрока для «сбрасывания» мяча.
Учебные игры в футбол.	Знать правила игры в футбол. Применять правила игры в футбол в соревновательной деятельности. Демонстрировать технические и тактические приемы игры в футбол.

Резерв – 3ч

3.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

9 класс (34 ч)

Раздел	Тема	Количество часов	Формы проведения занятий	Формы контроля
Раздел 1. Знания о футболе		**5**		
	Техника безопасности во время занятий футболом. Правила	1	Работа с	

	игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.		текстом, трениро вка	
	Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм обучающихся. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.	2	Работа с текстом, трениро вка	
	Игровые амплуа в футболе. Подбор общеразвивающих упражнений для разминки футболистов различных амплуа	1	трениро вка	
	Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися.	1		
Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности		**12**		
	Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время активного отдыха и каникул.	2	Подвиж ные игры	
	Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.	4	игра	
	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	6		Сдача нормати вов
Раздел 3. Физическое совершенствовани е		**14**		
	Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.	2	Трениро вка и выполне ние подгото вительн ых и специал ьных упражне ний	
	Тактические действия в игре.	2	игра	
	Тактические действия в нападении.	2		
	Тактические действия в защите	2		
	Техника игры вратаря.	2		
	Тактика вратаря.	2		
	Учебные игры в футбол.	2		
Резерв		**3**		

Приложение 1

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Учебно-методическая литература

Адреса порталов и сайтов в помощь учителю физической культуры

1. Упражнения с мячом, 4 видеоурока http://pro100video.com
2. Программа подготовки юных футболистов «Football-ABC»
3. 101 упражнение для юных футболистов 12-16 лет.yafutbolist.ru

4. Большая олимпийская энциклопедия http://slovari.yandex.ru/dict/olympic.
5. Газета «Здоровье детей» Издательского дома «Первое сентябряhttp://zdd.1september.ru/.
6. Газета «Спорт в школе» Издательского дома «Первое сентября» http://spo.1september.ru/
7. Круговая тренировка с направленностью физических упражнений на воспитание двигательной активности: Методические указания http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf
8. Олимпийская энциклопедия Журнал «Физкультура и спорт» http://www.fismag.ru/ http://www.olimpizm.ru/
9. Онлайн-справочник http://www.fizkult-ura.ru/ФизкультУРА: сайт о различных видах спорта, статьи о методике, здоровье, видеоматериалы.
10. Педагогическая библиотека www.pedlib.ru
11. Педагогическая газета (молодой ресурс)www.pedgazeta.ru
12. Российский футбольный союз https://rfs.ru/
13. Сайт «Я иду на урок физкультуры» http://spo.1september.ru/urok/http://fizkultura-na5.ru/
14. Уникальный образовательный портал в помощь учителюwww.zavuch.info
15. Уроки здоровья http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school_phis3.pdf\ http://nsc.1september.ru/2002/01/6.htm
16. Учительский портал www.uchportal.ru
17. Футбольные видео уроки https://www.dokaball.com/video-uroki/847-futbolnye-videuroki

Педагогическая библиотека www.pedlib.ru

18. Педагогическая газета (молодой ресурс) www.pedgazeta.ru
19. Российский футбольный союз https://rfs.ru/
20. Сайт «Я иду на урок физкультуры» http://spo.1september.ru/urok/ http://fizkultura-na5.ru/
21. Уникальный образовательный портал в помощь учителюwww.zavuch.info
22. Уроки здоровья http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school_phis3.pdf\ http://nsc.1september.ru/2002/01/6.htm
23. Учительский портал www.uchportal.ru

Материально-технического обеспечение модуля

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс);

К – полный комплект (на каждого ученика класса);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух учеников);

П – комплект, необходимый для работы в группах (один экземпляр на 5-6 человек)

№	Наименование спортивного оборудования и инвентаря	Количество
1.	Ворота, трансформируемые для гандбола и мини-футбола (комплект)	Д
2.	Ворота для футбола	Д
3.	Табло игровое (электронное)	Д
4.	Насос для накачивания мячей с иглой	Д
5.	Жилетки игровые	К
6.	Сетка для хранения мячей	Д
7.	Конус игровой	П

8.	Свисток	Д
9.	Секундомер	Д
10.	Мячи футбольные № 4, 5	К
11.	Карточки для судейств	К
12.	Доска мини с разметкой поля	Д

Оценочные материалы

В течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени усвоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов. Оценочные материалы включают различные диагностические материалы (карты. тесты, индивидуальные и групповые задания. и т.д.) , разработанны критерии оценки.

Разделы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Форма занятий	Приемы и методы	Форма подведение итогов
Теоретическая	Мячи, спортиваная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Словесный	Зачет
Техническая	Мячи, спортиваная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа	Зачет
Тактическая	Мячи, спортиваная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа, словестный	Колективный зачет
Физическая	Мячи, спортиваная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа	Контрольные тесты, соревнования

Приложение 2

СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ФУТБОЛИСТА

Средства для развития быстроты.

Упражнения для развития стартовой скорости: по сигналу рывки на 5-10 м из различных исходных положений: стоя, лицом и т.д. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры.

Упражнения для развития дистанционной скорости: бег змейкой между стойками, бег прыжками, эстафетный бег, обводка препятствий (на скорость), переменный бег на дистанцию 50-100м (15-20 мин с максимальной скоростью, 10-15 м медленно и т.д.).

Упражнения для развития скорости: бег с быстрым изменением способа передвижения, с изменением направления (до 180°), бег с изменением скорости, «челночный бег»: 2х10, 4х5,4х10,2х15 и т.п., выполнение элементов техники в быстром темпе, бег с «тенью».

Для вратарей: рывки из ворот (на 5-15 м) на перехват или отбивание высоко

летящего мяча, на прострел мяча, рывки на 2-3 м из различных положений с последующей ловлей или отбиванием мяча, ловля теннисного мяча.

Средства для развития скоростно-силовых качеств.

Приседание с отягощением (гантели, набивными мячами, штанга для подростков весом 40-70% веса спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением.

Прыжки на одной ноге, затем с отягощением. Спрыгивание (40-80 см) с последующим прыжком вверх. Эстафеты с элементами бега, прыжков, переноса тяжестей. Вбрасывание набивного мяча на дальность, удары на дальность. Толчки плечом партнера, борьба за мяч.

Для вратарей: отталкивание от стены ладонями, пальцами, сгибание рук в лучезапястных суставах, с гантелями с кистевыми амортизаторами, сжимание теннисного мяча, ловля и броски набивного мяча (бросаемого одним или двумя партнерами с разных сторон), из упора лёжа хлопки ладонями, прыжки в сторону с толканием двумя ногами, приставными шагами и с отягощением.

Средства для развития специальной выносливости.

Переменный бег, кроссы с изменением скорости. Многократно повторяемые технико-тактические упражнения (повторные рывки с мячом с обводкой стоек, ударом по воротам).

Игровые упражнения с мячом большой интенсивностью, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью.

Для вратарей: ловля мяча с падением при выполнении ударов по воротам с минимальным интервалом 3-5 игроками.

Средства для развития для развития ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, доставая высоко повешенный мяч головой, руками, ногой, тоже самое с поворотом на 90-180°.

Прыжки вверх с поворотом с имитацией удара головой, ногами. Кувырок вперед и назад, в сторону через плечо.

Жонглирование мячом, чередуя удары бедром, стопой, головой.

Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями.

Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко повешенный мяч руками, кулаком, тоже с поворотом на 180°. Упражнения со скакалкой. «Колесо» с места, с разбега. Кувырок назад в стойку. Переворот вперёд с разбега.

Приложение 3

ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-9 КЛАССОВ

(основная медицинская группа)

СИСТЕМА ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 11-15 ЛЕТ

	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Общая физическая подготовленность								

Скоростные	Бег 30 м, с	11 12 13 14 15	6,3 6,0 5,9 5,8 5,5 И более	6,1—5,5 5,8—5,4 5,6—5,2 5,5—5,1 5,3—4,9	5,0 4,9 4,8 4,7 4,5 и менее	6,4 6,3 6,2 6,1 6,0 иболее	6,3—5,7 6,2—5,5 6,0—5,4 5,9—5,4 5,8—5,3	5,1 5,0 5,0 4,9 4,9 и менее
Координационные	Челночный бег 3 × 10 м, с	11 12 13 14 15	9,7 9,3 9,3 9,0 8,6 и более	9,3—8,8 9,0—8,6 9,0—8,6 8,7—8,3 8,4—8,0	8,5 8,3 8,3 8,0 7,7 и менее	10,1 10,0 10,0 9,9 9,7 и более	9,7—9,3 9,6—9,1 9,5—9,0 9,4—9,0 9,3—8,8	8,9 8,8 8,7 8,6 8,5 и менее
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, м	11 12 13 14 15	140 145 150 160 175 и менее	160—180 165—180 170—190 180—195 190—205	195 200 205 210 220 и более	130 135 140 145 155 и менее	150—175 155—175 160—180 160—180 165—185	185 190 200 200 205 и более
Выносливость	Шестиминутный бег, м	11 12 13 14 15	900 950 1000 1050 1100 и менее	1000—1100 1100—1200 1150—1250 1200—1300 1250—1350	1300 1350 1400 1450 1500 и более	700 750 800 850 900 и менее	850—1000 900—1050 950—1100 1000—1150 1050—1200	1100 1150 1200 1250 1300 и более
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	11 12 13 14 15	2 2 2 3 4 и менее	6—8 6—8 5—7 7—9 8—10	10 10 9 11 12 и более	4 5 6 7 7 и менее	8—10 9—11 10—12 12—14 12—14	15 16 18 20 20 и более
Силовые	Сгибание и разгибание рук: на высокой перекладине из виса (мальчики), количество раз; на низкой перекладине из виса лежа (девочки), количество раз	11 12 13 14 15	1 1 1 2 3	4—5 4—6 5—6 6—7 7—8	6 7 8 9 10 и более	4 4 5 5 5 и менее	10—14 11—15 12—15 13—15 12—13	19 20 19 17 16 и более
Специальная физическая и техническая подготовленность								
	Бег 30 м с ведением мяча	11 12 13 14 15	7,6 7,4 7,2 7,0 6,8	7,4 7,2 7,0 5,6 6,4	7,2 7,0 6,8 6,4 5,2			

	Бег 5 × 30 м, с ведением мяча, с	11 12 13 14 15	40,0 38,0 36,0 34,0 33,0	38,0 36,0 34,0 32,0 31,0	36,0 34,0 32,0 30,0 29,0			
	Жонглирование мячом ногами Количество раз	11 12 13 14 15	3 5 7 13 15	5 7 9 15 19	7 9 11 18 23			