

муниципальное бюджетное нетиповое общеобразовательное
учреждение «Гимназия №17 им. В.П. Чкалова»

Утверждаю:
директор гимназии

Макарова О.И.
Приказ № 145/1-о
от 31 августа 2016 г.

Согласовано
с Педагогическим советом
протокол №1
от 30 августа 2016 г.

***Рабочая программа курса внеурочной деятельности
для учащихся 8 классов
(14-15 лет)
по спортивно-оздоровительному направлению
«В мире мини-футбола»***

Составил:
Долматов И.А.,
учитель физической
культуры
МБНОУ «Гимназия №17»

Обсуждено
на методическом
объединении учителей
естественнонаучного
цикла
Протокол №1
от 29 августа 2016 г.

Согласовано
с экспертно-аналитическим
советом
протокол №1
от 29 августа 2016 г.

Новокузнецкий городской округ, 2016 год

Содержание

| | | |
|------|--|----|
| 1. | Пояснительная записка. | 3 |
| 1.1. | Результаты освоения курса внеурочной деятельности | 4 |
| 2. | Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности | 6 |
| 3. | Тематическое планирование | 11 |

1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности для учащихся 8 классов (14-15 лет) «В мире мини-футбола» составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897) на основе:

- Методических рекомендаций по разработке программ отдельных учебных предметов и курсов внеурочной деятельности в условиях перехода на ФГОС ООО (утверждены Протоколом заседания кафедры гуманитарных и художественно-эстетических дисциплин КРИПКиПРО от 12 августа 2013 года №1);
- Основной образовательной программы основного общего образования МБНОУ «Гимназия №17» с учетом примерной ООП ООО;
- Положения об организации деятельности по составлению, согласованию и утверждению рабочих программ курсов внеурочной деятельности в МБНОУ «Гимназия №17» (утверждено Приказом директора МБНОУ «Гимназия №17» от 31.08.2016 года № 145/1-о).

Настоящая рабочая программа составлена на 70 часов и рассчитана на 1 год обучения. Курс внеурочной деятельности «В мире мини-футбола» относится к спортивно-оздоровительному направлению.

Программа курса служит для подготовки футболистов и содействия успешному решению задач физического воспитания школьного возраста. В данной программе представлено содержание работы на этапе начальной подготовки.

Футбол - одна из самых популярных и массовых коллективных спортивных игр. Футболом в России занимается большое количество взрослых, юношей и детей. Данная игра способствует развитию быстроты, выносливости, силы и прыгучести, а также ловкости. Мини-футбол является средством активного отдыха для всех категорий населения. Усиление внимания к развитию футбола совпадает с необходимостью решения такой актуальной задачи, как совершенствование всех составных звеньев системы подготовки резервов по футболу в Российской Федерации в целях дальнейшего повышения мастерства отечественных футболистов.

Цели программы:

- создание условий для проведения регулярных занятий, привитие любви к избранному виду спорта, интереса к регулярным занятиям и росту спортивного мастерства детей;
- обеспечение всесторонней физической подготовки;
- максимальное развитие силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости во взаимосвязи и единстве;
- организация систематической воспитательной работы;
- профилактика асоциального поведения;
- развитие личности ребенка;
- привитие детям навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины, преданности своему коллективу;
- укрепление здоровья занимающихся, соблюдение ими требований личной и общественной гигиены;
- систематическое проведение спортивных соревнований и активное участие в них членов секций.

Преимущество данной программы заключается в том, что она может применяться для подготовки футболистов в образовательных организациях.

Программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной, групповой форм организации деятельности учащихся.

Занятия внеурочной деятельностью проводятся в большом спортивном зале гимназии. Учащиеся на занятия допускаются в спортивной форме.

Инвентарь для спортивных игр:

- мячи футбольные;

Снаряды:

- гимнастические стенки;

- турники навесные;

- перекладина;

- гимнастические скамейки.

Прочее оборудование – конусы, измерительная лента, тренажеры, секундомер.

1.1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

К результатам освоения курса внеурочной деятельности по курсу «В мире мини-футбола» в 8 классе можно отнести следующие универсальные учебные действия и личностные результаты.

1. Личностные результаты:

- ценность здорового и безопасного образа жизни;

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения при занятиях спортом;

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формировать внимательность и исполнительскую дисциплину.

2. Регулятивные УУД

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- анализировать, оценивать, сравнивать, строить рассуждения;

- контролировать свои действия в процессе его выполнения, оценивать свои достижения,

- планировать и оценивать результаты своего поведения.

3. Коммуникативные УУД

- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- анализировать, оценивать, сравнивать, строить рассуждения,

- контролировать свои действия в процессе его выполнения, оценивать свои достижения,

- умение контролировать процесс и результаты своей деятельности, аргументировать свою точку зрения.

4. Познавательные УУД

- формировать представление об игре в мини-футбол;

- знать правила безопасного поведения в спортивном зале;

- правильно организовать разминку и регулировать нагрузку и отдых.

Система достижений результатов

Отслеживания и оценивания результатов обучения детей проходит через участие их в соревнованиях, спартакиадах. Соревновательная деятельность является итоговым этапом занятий. Соревнование могут быть: общешкольные между классами; участие в спартакиаде муниципального этапа.

Индивидуальный результат: удовлетворенность учащимися работой секции, портфолио, наличие личных побед. Коллективный результат: соревнования, спартакиада.

Критерии оценки результатов:

- индивидуальный результат - грамоты, дипломы, систематическое посещение секции, сдача норм ГТО.
- коллективный результат – коллективные победы в соревнованиях, коллективные победы в спартакиаде.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности
с указанием форм организации и видов деятельности**

| Содержание раздела | Цели изучения данного раздела | Формы организации и виды внеурочной деятельности |
|---|--|---|
| Раздел I. Теоретическая подготовка | | |
| <p>Техника безопасности. Спортивная форма, режим занятий. Основы организации занятия мини-футболом Структура разминки. Нагрузка и отдых на занятии Технические приемы игры Основные способы перемещений в мини-футболе Изучение правил игры Технические приемы игры Основные способы ведения мяча</p> | <p>Метапредметные: 1. познавательные УУД: формировать представление об игре в мини-футбол; знать правила безопасного поведения в спортивном зале; - правильно организовать разминку и регулировать нагрузку и отдых регулятивные УУД: - соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; - анализировать, оценивать, сравнивать, строить рассуждения, - контролировать свои действия в процессе его выполнения, оценивать свои достижения, умение контролировать процесс и результаты своей деятельности, аргументировать свою точку зрения. 3. коммуникативные УУД: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом. Личностные: формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах; формировать внимательность и исполнительскую дисциплину.</p> | <p>Основные виды внеурочной деятельности: Организация игры в мини-футбол с соблюдением правил.</p> <p>Формы занятий: - групповые; - индивидуальные; - игровые</p> |

| Раздел 2. Физическая подготовка | | |
|--|---|---|
| <p>Общая физическая подготовка Развитие физических качеств Комплексы упражнений для развития быстроты, силы, гибкости выносливости. Специальная физическая подготовка Упражнения для развития скоростно-силовых способностей, координации движений рук, ног, туловища.</p> | <p>Метапредметные: 1. познавательные УУД: - знать комплексы упражнений для развития быстроты, силы, гибкости выносливости. - комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых способностей, координации движений рук, ног, туловища. - правильно организовать разминку и регулировать нагрузку и отдых регулятивные УУД: - соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; - анализировать, оценивать, сравнивать, строить рассуждения, - контролировать свои действия в процессе его выполнения, оценивать свои достижения 3. коммуникативные УУД: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом. Личностные: ценность здорового и безопасного образа жизни; ценность развития физических способностей: быстроты, силы, гибкости выносливости; ценность развития скоростно-силовых способностей, координации движений рук, ног, туловища формировать внимательность и исполнительскую дисциплину.</p> | <p>Основные виды внеурочной деятельности: выполнение упражнений, Формы занятий: - групповые; - индивидуальные; - игровые</p> |
| Раздел 3. Техническая подготовка | | |
| <p>Стойки и перемещения полевого игрока и вратаря. Виды бега, поворотов и</p> | <p>Метапредметные: 1. познавательные УУД: знать основы технической подготовки, основные понятия техники игры, понятия и виды бега, поворотов и остановок в игре,</p> | |

| | | |
|---|---|--|
| <p>остановок в игре. Прыжки. Обманные движения. Техника передачи и остановки мяча. Остановка катящегося, низко летящего и высокого мяча различными частями ног, туловища и головой. Передача внутренней стороной стопы. Передачи навесом. Техника ведения мяча. Ведение по прямой и с изменением направления. Ведение различными частями стопы. Основы дриблинга. Техника удара по мячу. Удар по неподвижному и по катящемуся мячу. Удар с легу. Удар различными частями стопы. Удар головой.</p> | <p>прыжков, обманных движений и т.д.; знать правила безопасного поведения в спортивном зале; - регулятивные УУД: - соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; -анализировать, оценивать, сравнивать, строить рассуждения, -контролировать свои действия в процессе его выполнения, оценивать свои достижения. 3. коммуникативные УУД: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом. Личностные: формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах; формировать внимательность и исполнительскую дисциплину.</p> | |
| <p>Раздел 4. Тактическая подготовка</p> | | |
| <p>Функции игроков Расположение игроков на площадке. Полевой игрок и вратарь. Защитник и нападающий. Взаимодействие игроков на площадке. Игра с мячом и без мяча. Выход на свободную позицию.</p> | <p>Метапредметные: 1. познавательные УУД: формировать представление об игре в – знать функции игроков, взаимодействие игроков на спортивном поле, схемы взаимодействия защитников и нападающих; определять индивидуальные и групповые тактические действия. регулятивные УУД: - соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных</p> | |

| | | |
|--|---|--|
| <p>Схемы взаимодействия нападающих и защитников. Взаимодействие с вратарем. Взаимодействие в двойках и тройках Организация защиты и нападения. Зонная защита. Персональный контроль игроков соперника. Командный прессинг. Позиционное нападение. Комбинирование тактических действий. Схемы нападения и переходы к защитным действиям. Определение функций отдельных игроков. Индивидуальные тактические действия. Групповые тактические действия. Разбор ошибок.</p> | <p>условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; -анализировать, оценивать, сравнивать, строить рассуждения, -контролировать свои действия в процессе его выполнения, оценивать свои достижения, умение контролировать процесс и результаты своей деятельности, аргументировать свою точку зрения. 3. коммуникативные УУД: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом. Личностные: формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах; формировать внимательность и исполнительскую дисциплину.</p> | |
| <p>Раздел 5. Соревнования</p> | | |
| <p>Основы судейства и организации Правила игры Жестикуляция судей Функции первого, второго судьи Хронометрист и третий судья Регламент соревнований Учебно-тренировочная игра Соревнования Соревнования</p> | <p>Метапредметные: 1. познавательные УУД: уметь применять знания об игре в мини-футбол; знать правила безопасного поведения в спортивном зале; - правильно организовать разминку и регулировать нагрузку и отдых регулятивные УУД: - соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои</p> | |

| | | |
|--|---|--|
| <p>Итоговое занятие. Анализ проделанной работы</p> | <p>действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; -анализировать, оценивать, сравнивать, строить рассуждения, -контролировать свои действия в процессе его выполнения, оценивать свои достижения, умение контролировать процесс и результаты своей деятельности, аргументировать свою точку зрения. 3. коммуникативные УУД: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов, спорить и отстаивать свою позицию невраждебным для оппонентов образом. Личностные: формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах; формировать внимательность и исполнительскую дисциплину.</p> | |
|--|---|--|

III. Тематическое планирование

| № | Наименование разделов и тем | Количество часов | Формы контроля с указанием темы |
|-----|---|------------------|---|
| | Раздел 1. Теоретическая подготовка | 8 | |
| 1. | Техника безопасности. Спортивная форма, режим занятий. | 1 | Опросы «Правила игры и техника безопасности» |
| 2. | Основы организации занятия мини-футболом | 1 | |
| 3. | Структура разминки. Нагрузка и отдых на занятии | 1 | |
| 4. | Технические приемы игры | 1 | |
| 5. | Основные способы перемещений в мини-футболе | 1 | |
| 6. | Изучение правил игры | 1 | |
| 7. | Технические приемы игры | 1 | |
| 8. | Основные способы ведения мяча | 1 | |
| | Раздел 2. Физическая подготовка | 16 | |
| 9. | Общая физическая подготовка | 1 | «Организация защиты и нападения», |
| 10. | Развитие физических качеств | 1 | |
| 11. | Комплексы упражнений для развития быстроты. | 1 | |
| 12. | Выполнение комплексов упражнений для развития быстроты. | 1 | |
| 13. | Комплексы упражнений для развития силы. | 1 | «Схемы игры», |
| 14. | Выполнение комплексов упражнений для развития силы. | 1 | |
| 15. | Комплексы упражнений для развития гибкости. | 1 | «Основы судейства и организации» |
| 16. | Выполнение комплексов упражнений для развития гибкости | 1 | |
| 17. | Комплексы упражнений для развития выносливости | 1 | |
| 18. | Выполнение комплексы упражнений для развития выносливости | 1 | |
| 19. | Специальная физическая подготовка | 1 | |
| 20. | Развитие специальных физических качеств | 1 | |
| 21. | Специальные упражнения для развития скоростно-силовых способностей | 1 | Наблюдение и коррекция ошибок |
| 22. | Выполнение специальных упражнений для развития скоростно-силовых способностей | 1 | |
| 23. | Специальные упражнения для развития координации движений рук, ног, туловища. | 1 | Наблюдение и коррекция ошибок. |
| 24. | Выполнение специальных упражнений для развития координации движений рук, ног, туловища. | 1 | |
| | Раздел 3. Техническая подготовка | 17 | |
| 25. | Стойки и перемещения полевого игрока и вратаря | 1 | Соревнования. |
| 26. | Виды бега, поворотов и остановок в игре | 1 | |
| 27. | Прыжки | 1 | |
| 28. | Обманные движения | 1 | |
| 29. | Техника передачи и остановки мяча | 1 | |
| 30. | Остановка катящегося, низко летящего и высокого мяча различными частями ног, туловища и головой | 1 | |
| 31. | Передача внутренней стороной стопы. | 1 | |

| | | |
|-----|---|-----------|
| 32. | Передачи навесом. | 1 |
| 33. | Техника ведения мяча | 1 |
| 34. | Ведение по прямой и с изменением направления. | 1 |
| 35. | Ведение различными частями стопы. | 1 |
| 36. | Основы дриблинга. | 1 |
| 37. | Техника удара по мячу | 1 |
| 38. | Удар по неподвижному и по катящемуся мячу. | 1 |
| 39. | Удар с лету. | 1 |
| 40. | Удар различными частями стопы. | 1 |
| 41. | Удар головой. | 1 |
| | Раздел 4. Тактическая подготовка | 19 |
| 42. | Функции игроков | 1 |
| 43. | Расположение игроков на площадке | 1 |
| 44. | Полевой игрок и вратарь | 1 |
| 45. | Защитник и нападающий | 1 |
| 46. | Взаимодействие игроков на площадке | 1 |
| 47. | Игра с мячом и без мяча. Выход на свободную позицию | 1 |
| 48. | Схемы взаимодействия нападающих и защитников | 1 |
| 49. | Взаимодействие с вратарем | 1 |
| 50. | Взаимодействие в двойках и тройках | 1 |
| 51. | Организация защиты и нападения | 1 |
| 52. | Зонная защита | 1 |
| 53. | Персональный контроль игроков соперника | 1 |
| 54. | Командный прессинг. Позиционное нападение | 1 |
| 55. | Комбинирование тактических действий | 1 |
| 56. | Схемы нападения и переходы к защитным действиям | 1 |
| 57. | Определение функций отдельных игроков | 1 |
| 58. | Индивидуальные тактические действия | 1 |
| 59. | Групповые тактические действия | 1 |
| 60. | Разбор ошибок | 1 |
| | Раздел 5. Соревнования | 10 |
| 61. | Основы судейства и организации | 1 |
| 62. | Правила игры | 1 |
| 63. | Жестикуляция судей | 1 |
| 64. | Функции первого, второго судьи | 1 |
| 65. | Хронометрист и третий судья | 1 |
| 66. | Регламент соревнований | 1 |
| 67. | Учебно-тренировочная игра | 1 |
| 68. | Соревнования | 1 |
| 69. | Соревнования | 1 |
| 70. | Итоговое занятие. Анализ проделанной работы | 1 |
| | ИТОГО: | 70 |