

**Рассмотрена на заседании МО  
классных руководителей  
Протокол № 1  
от «25» августа 2022 г.**

**Проверена**  
Заместителем директора по  
УВР \_\_\_\_\_  
Гуськова О.В.  
«26» августа 2022 г.

**Утверждаю**  
Директор ГБОУ СОШ № 38  
г.о. Сызрань  
\_\_\_\_\_ Буртаева О.В.  
Приказ № 298-од от  
29.08.2022г

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Футбол в школу»  
(5-9 классы)**

Программа курса внеурочной деятельности «Футбол в школу» рассчитана на 5 лет обучения и предназначена для обучающихся 5-9 классов.

Рабочая программа соответствует федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации №287 от 31.05.2021г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования», составлена в соответствии с ООП ООО ГБОУ СОШ № 38 г.о. Сызрань, планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ №38 г.о. Сызрань, на основе «Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность» П.В.Степанова, С.В.Сизяева, Т.Н. Сафонова. - М.: Просвещение.

В учебном плане внеурочной деятельности ГБОУ СОШ №38 г.о.Сызрань на изучение курса «Футбол в школу» в 5-9 классах отводится:

<b>Класс</b>	<b>Количество часов на изучение в неделю</b>	<b>Количество часов на изучение в год</b>
<b>5 класс</b>	1ч	34ч
<b>6 класс</b>	1ч	34ч
<b>7 класс</b>	1ч	34ч
<b>8 класс</b>	1ч	34ч
<b>9 класс</b>	1ч	34ч
<b>Итого:</b>		<b>170ч</b>

### **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

В результате изучения курса у обучающихся будут сформированы личностные, метапредметные и предметные результаты.

#### **Личностные результаты:**

- положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве.;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов. В области познавательной культуры: - владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о способах профилактики заболеваний средствам физической культуры.
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

#### **Метапредметные результаты:**

##### **Регулятивные:**

- умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в соревнованиях);
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек и (отклоняющегося) поведения;
- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

##### **Познавательные:**

- умение оказывать помощь товарищу при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- умение самостоятельно находить требуемую информацию, ориентироваться в информации, устанавливать взаимосвязи между событиями и явлениями;
- перерабатывать полученную информацию: *делать выводы в результате совместной работы всей команды*;

**Коммуникативные:**

- умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками в команде;
- приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

**Предметные результаты:**

**Обучающиеся научатся:**

- использовать элементарные теоретические знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- использовать знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.
- владеть приёмами исследовательской деятельности, навыками поиска необходимой информации;
- использовать полученные знания и навыки по подготовке и проведению мероприятий спортивной направленности.

**Обучающиеся получат возможность научиться:**

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- значение и содержание самоконтроля;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

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

**1. Техника передвижения и остановки**

Теоретическая часть: Введение. Техника безопасности на занятиях футболом. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки. Повороты.

Практическая часть: Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки). Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате.

**2. Удары по мячу ногой**

Практическая часть: Передвижения боком, спиной вперед, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Удары по летящему мячу серединой подъема. Удары по воротам различными

способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.

### **3. Основы безопасного дорожного движения**

Практическая часть: Удары по летящему мячу серединой лба. Удары по летящему мячу боковой частью лба.

### **4. Остановка мяча**

Практическая часть: Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке.

### **5. Ведение мяча**

Практическая часть: Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (фингтов). Отбор мяча в подкате. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам). Тактика свободного нападения. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.

#### **Формы организации и виды деятельности:**

Формы организации деятельности: индивидуальная, коллективная, работа в малых группах, работа в парах.

Виды деятельности:

- теоретические (рассказ, сообщение, беседа, лекции);
- практические (соревнования, игры, конкурсы, турниры, эстафеты, практические занятия).

### **Тематическое планирование 5 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы (раздела)</b>	<b>Количество часов на изучение</b>
<b>1.</b>	<b>Техника передвижения</b>	<b>6ч</b>
1.	Введение. История футбола	1ч
2	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1ч
3	Выбивание мяча ударом ногой	1ч
4	Отбор мяча перехватом	1ч
5	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1ч
6	Отбор мяча в подкате	1ч
<b>2.</b>	<b>Удары по мячу ногой</b>	<b>5ч</b>
1	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	1ч
2	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	1ч
3	Удары по летящему мячу серединой подъема	1ч
4	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1ч
5	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1ч
<b>3.</b>	<b>Удары по мячу головой</b>	<b>2ч</b>
1	Удары по летящему мячу серединой лба	1ч
2	Удары по летящему мячу боковой частью лба	1ч
<b>4.</b>	<b>Остановка мяча</b>	<b>10ч</b>

1	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1ч
2	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1ч
3	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	1ч
4	Остановка мяча грудью	1ч
5	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1ч
6	Отбивание мяча кулаком в прыжке	1ч
7	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	1ч
8	Ловля катящегося мяча	1ч
9	Ловля мяча, летящего навстречу	1ч
10	Ловля мяча сверху в прыжке	1ч
<b>5.</b>	<b>Ведение мяча</b>	<b>10ч</b>
1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	1ч
2	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	1ч
3	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1ч
4	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	1ч
5	Отбор мяча в подкате	1ч
6	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1ч
7	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	1ч
8	Тактика свободного нападения	1ч
9	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите	1ч
10	Двусторонняя учебная игра.	2ч
	<b>Итого:</b>	<b>34 ч</b>

## 6 класс

<b>N п/п</b>	<b>Наименование темы (раздела)</b>	<b>Количество часов на изучение</b>
<b>1</b>	<b>Передвижения и остановки</b>	<b>4ч</b>
1	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений	3ч
2	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1ч
<b>2</b>	<b>Удары по мячу ногой.</b>	<b>6ч</b>
1	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	3ч
2	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	3ч
<b>3</b>	<b>Остановка мяча</b>	<b>3ч</b>
1	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	3ч
<b>4</b>	<b>Ведение мяча и обводка</b>	<b>6ч</b>
1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой	3ч
2	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой	3ч
<b>5</b>	<b>Отбор мяча</b>	<b>1ч</b>
1	Выбивание мяча ударом ногой	1ч
<b>6</b>	<b>Игра вратаря</b>	<b>2ч</b>
1	Ловля катящегося мяча	2ч
<b>7</b>	<b>Тактика игры</b>	<b>6ч</b>
1	Позиционные нападения	2ч
2	Нападения в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот	2ч
3	Двусторонняя учебная игра	2ч

<b>8</b>	<b>Подвижные игры и эстафеты</b>	<b>4ч</b>
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	2ч
2	Игры, развивающие физические способности	2ч
<b>9</b>	<b>Физическая подготовка</b>	<b>2ч</b>
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	2ч
	<b>Итого</b>	<b>34ч</b>

### 7 класс

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование темы (раздела)</b>	<b>Количество часов на изучение</b>
<b>1.</b>	<b>Техника передвижения</b>	<b>6ч</b>
1.	Введение. Техника безопасности на занятиях футболом	1ч
2.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1ч
3.	Выбивание мяча ударом ногой	1ч
4.	Отбор мяча перехватом	1ч
5.	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1ч
6.	Отбор мяча в подкате	1ч
<b>2.</b>	<b>Удары по мячу ногой</b>	<b>5ч</b>
1.	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	1ч
2.	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	1ч
3.	Удары по летящему мячу серединой подъема	1ч
4.	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1ч
5.	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1ч
<b>3.</b>	<b>Удары по мячу головой</b>	<b>2ч</b>
1	Удары по летящему мячу серединой лба	1ч
2	Удары по летящему мячу боковой частью лба	1ч
<b>4.</b>	<b>Остановка мяча</b>	<b>10ч</b>
1	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1ч
2	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	1ч
3	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	1ч
4	Остановка мяча грудью	1ч
5	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1ч
6	Отбивание мяча кулаком в прыжке	1ч
7	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	1ч
8	Ловля катящегося мяча	1ч
9	Ловля мяча, летящего навстречу	1ч
10	Ловля мяча сверху в прыжке	1ч
<b>5.</b>	<b>Ведение мяча</b>	<b>10ч</b>
1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	1ч
2	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	1ч
3	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1ч
4	Обводка с помощью обманных движений (фингтов)	1ч
5	Отбор мяча в подкате	1ч
6	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1ч

7	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	1ч
8	Тактика свободного нападения	1ч
9	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите	1ч
10	Двусторонняя учебная игра.	2ч
	<b>Итого:</b>	<b>34 ч</b>

### 8 класс

N п/п	Наименование темы (раздела)	Количество часов на изучение
<b>1</b>	<b>Передвижения и остановки</b>	<b>4ч</b>
1	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений	3ч
2	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1ч
<b>2</b>	<b>Удары по мячу ногой.</b>	<b>6ч</b>
1	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1ч
2	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1ч
3	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1ч
4	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема, носком	1ч
5	Удар по летящему мячу серединой лба	1ч
	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1ч
<b>3</b>	<b>Остановка мяча</b>	<b>4ч</b>
1	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	2ч
2	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	2ч
<b>4</b>	<b>Ведение мяча и обводка</b>	<b>6ч</b>
1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой	2ч
2	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой	2ч
3	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2ч
<b>5</b>	<b>Отбор мяча</b>	<b>2ч</b>
1	Отбор мяча перехватом	1ч
2	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1ч
<b>6</b>	<b>Вбрасывание мяча</b>	<b>1ч</b>
1	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1ч
<b>7</b>	<b>Игра вратаря</b>	<b>3ч</b>
1	Ловля катящегося мяча	1ч
2	Ловля мяча, летящего навстречу	1ч
3	Ловля мяча сверху в прыжке	1ч
<b>7</b>	<b>Тактика игры</b>	<b>4ч</b>
1	Позиционные нападения	1ч
2	Тактика свободного падения	1ч
3	Нападения в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот	1ч
4	Двусторонняя учебная игра	1ч
<b>8</b>	<b>Подвижные игры и эстафеты</b>	<b>2ч</b>
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1ч
2	Игры, развивающие физические способности	1ч
<b>9</b>	<b>Физическая подготовка</b>	<b>2ч</b>
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	2ч
	<b>Итого</b>	<b>34ч</b>

## 9 класс

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Количество часов на изучение
<b>1</b>	<b>Передвижения и остановки</b>	<b>4ч</b>
1	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений	3ч
2	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1ч
<b>2</b>	<b>Удары по мячу ногой.</b>	<b>6ч</b>
1	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	1ч
2	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема	1ч
3	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1ч
4	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема, носком	1ч
5	Удар по летящему мячу серединой лба	1ч
	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1ч
<b>3</b>	<b>Остановка мяча</b>	<b>4ч</b>
1	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	2ч
2	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	2ч
<b>4</b>	<b>Ведение мяча и обводка</b>	<b>6ч</b>
1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой	2ч
2	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой	2ч
3	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2ч
<b>5</b>	<b>Отбор мяча</b>	<b>2ч</b>
1	Отбор мяча перехватом	1ч
2	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1ч
<b>6</b>	<b>Вбрасывание мяча</b>	<b>1ч</b>
1	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1ч
<b>7</b>	<b>Игра вратаря</b>	<b>3ч</b>
1	Ловля катящегося мяча	1ч
2	Ловля мяча, летящего навстречу	1ч
3	Ловля мяча сверху в прыжке	1ч
<b>7</b>	<b>Тактика игры</b>	<b>4ч</b>
1	Позиционные нападения	1ч
2	Тактика свободного падения	1ч
3	Нападения в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот	1ч
4	Двусторонняя учебная игра	1ч
<b>8</b>	<b>Подвижные игры и эстафеты</b>	<b>2ч</b>
1	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1ч
2	Игры, развивающие физические способности	1ч
<b>9</b>	<b>Физическая подготовка</b>	<b>2ч</b>
1	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	2ч
	<b>Итого</b>	<b>34ч</b>