

446635, Самарская область, Богатовский район, с.Печинено, ул. Зеленая, д. 33
Тел./факс: 8(84666) 3-55-97, E-mail: pechin_sch@samara.edu

УТВЕРЖДЕНО:

Приказ № _____ от ____ ____ ____ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
«Спортсмен»
(Футбол)
спортивно-оздоровительное направление
6-7 класс

01.09.2021 – 31.08.2023 гг

СОСТАВИТЕЛИ (РАЗРАБОТЧИКИ)

Должность: учитель

Ф.И.О. Самсонов Алексей Евгеньевич

«ПРОВЕРЕНО»

Заместитель директора по УВР:

_____ Глумова И. А.

Дата: ____ ____ ____ г.

«СОГЛАСОВАНО НА ЗАСЕДАНИИ ШМО»

Рекомендуется к утверждению

Протокол № _____ от ____ ____ ____ г.

Председатель ШМО: _____ / _____ /

Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности «Спортсмен»

6-7 классы

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- уметь планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- соблюдать правила безопасности;
- уметь содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- уметь длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- формировать потребность иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;
- формирование культуру движений, уметь передвигаться легко, красиво, непринуждённо.

Познавательные:

- владеть сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание, что здоровье является одним из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;
- понимать, что физическая культура является средством организации активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

Коммуникативные:

- владеть умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- владеть умением формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владеть умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- владеть культурой речи, ведением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлением к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

- владеть умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

Содержание внеурочной деятельности «Спортсмен»

6 класс

Основы знаний. Правила поведения, техника безопасности и гигиенические требования в тренировочном процессе. (6 ч)

Техника безопасности. Правила поведения, и гигиенические требования в тренировочном процессе. История возникновения и развития футбола. Оказание первой помощи при травмах.

Техническая подготовка (26 ч)

Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста. Основные приёмы игры в футбол. Передача мяча. Ведение мяча средней частью стопы. Ведение мяча носком. Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении. Удары по мячу головой. Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.

Стойки и передвижения игрока (10 ч)

Бег. Повороты. Прыжки. Остановки.

Ведение мяча (14 ч)

Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и не ведущей ногой. Остановка мяча. Обучение остановке мяча после отскока.

Удары по мячу (12 ч)

Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте. Удары по мячу. Удары внутренней стороной стопы, подъёмом. Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении. Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета. Штрафной и свободные удары.

Содержание внеурочной деятельности «Спортсмен»

7 класс

Основы знаний.

Правила поведения, техника безопасности и гигиенические требования в тренировочном процессе (3 ч)

Техника безопасности. Правила поведения, и гигиенические требования в тренировочном процессе. История возникновения и развития футбола. Оказание первой помощи при травмах.

Остановка и передача мяча (16 ч)

Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и не ведущей ногой. Остановка мяча. Обучение остановке мяча после отскока. Остановка мяча и удары по мячу. Передача мяча внутренней стороной стопы. Передача мяча на месте, в движении.

Тактическая подготовка (9 ч)

Групповые тактические действия. Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию. Тактика нападения. Тактика защиты. Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении. Владение мячом. Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков. Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.

Общефизическая подготовка (6 ч)

Челночный бег. Встречные эстафеты с мячом и без мяча. Спринтерский бег. Подтягивание на перекладине. Учебная игра в футбол.

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Спортсмен»

6 класс

№	Название раздела (темы)	Организационные формы обучения	Количество часов
1.	Основы знаний. Правила поведения, техника безопасности и гигиенические требования в тренировочном процессе	Теория	6
2.	Техническая подготовка	Практика, игра	26
3.	Стойки и передвижения игрока	Практика, игра	10
4.	Ведение мяча	Практика, игра	14
5.	Удары по мячу	Практика, игра	12
	Итого:		68

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Спортсмен»

7 класс

№	Название раздела (темы)	Организационные формы обучения	Количество часов
1.	Основы знаний. Правила поведения, техника безопасности и гигиенические требования в тренировочном процессе	Теория	3
2.	Остановка и передача мяча	Практика, игра	16
3.	Тактическая подготовка	Практика, игра	9
4.	Общефизическая подготовка	Практика, игра	6
	Итого:		34