Муниципальное образование
Ленинградский район

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №1
им. З.Я. Лавровского станицы Ленинградской
муниципального образования
Ленинградский район

Баева Наталья Николаевна

Подписан цифровой подписью: Баева Наталья Николаевна
DN: OU=Директор, O=МАОУ СОШ №1, CN=Баева Наталья Николаевна, E=school1.lenin@mail.ru
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2025.11.12 13:50:14+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 2024.2.3

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
от 30 августа 2025 года протокол №1
Председатель педсовета
_____ Баева Н.Н.

Программа внеурочной деятельности курса «Футбол»

Направление программы - спортивно-оздоровительное
Вид программы – игровая, спортивно-оздоровительная деятельность
Уровень образования, класс-основное общее образование
Количество часов всего – 34, в неделю 1часа
Автор-Петренко Александр Николаевич, учитель физической культуры высшей квалификационной категории.

Программа разработана на основе рабочей программы по физической культуре. Предметная линия учебника М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций/В.И.Лях. - 3-е изд. - М.: Просвещение, 2020г.

1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Результаты освоения программы курса внеурочной деятельности «Мир спорта»
являются:

метапредметные:

- Следовать при выполнении задания инструкциям учителя
- Понимать цель выполняемых действий
- Различать подвижные и спортивные игры
- Договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.
- Рассказывать об истории развития спорта в России;
- Рассказывать о правилах личной гигиены, профилактики травматизма.
- Технически правильно выполнять двигательные действия.

личностные:

- положительное отношение к систематическим занятиям спортом;
- понимание роли спорта в укреплении здоровья.

2.Содержание курса внеурочной деятельности

Программа курса внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению состоит из одного раздела – Футбол.

Теоретическая подготовка. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола за рубежом и в России. Сведения о строении и функциях организма человека. Общефизическая подготовка (ОФП): Бег 30 м, бег 300 м, бег 400 м 6-минутный бег, 12 минутный бег, бег 10х30 м (челночный) Прыжки в длину с места, тройной прыжок с места.

Специальная физическая подготовка: бег 30 м с ведением; бег 5х3 м с ведением мяча;

удары по мячу на дальность правой и левой ногой по неподвижному мячу, катящемуся мячу; вбрасывание мяча на дальность.

Техническая подготовка: удары по воротам на точность по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 15-17 м. Ведения мяча, обводка стоек, удары по воротам с различных точек и в движении с мячом, жонглирование мячом (на месте и в движении, ногой и головой). Для вратарей: доставание подвешенного мяча руками, кулаком; удары по мячу с рук, с разбега (на дальность), вбрасывание мяча рукой на дальность с места, с разбега.

Тактическая подготовка. Тактика защиты, тактика нападения, тактика игры команды в целом, тактика игры вратаря. Групповые действия игроков, схемы 4-2-4, 4-3-3, 3-3-4, 3-4-3. Командные действия. Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места игроков на поле (по схемам). Групповые действия, взаимодействия игроков на поле (нападения и защиты). Командные действия. Расстановка игроков на поле по схемам: 4-2-4, 4-3-3, 3-4-3.

Тематическое планирование

№	тема	Количество часов			Вид организации	Формы деятельности
		Всего	Теория	Практика		
I	**Футбол**	34		32		
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	2	1	Познавательный	
2	История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры	1		1	Игровой	Учебная игра.
3	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	1		1	Игровой	Учебная игра.
4	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.	1		1	Игровой	Учебная игра.
5	Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.	1		1	Игровой	Учебная игра.
6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.	1		1	Игровой	Учебная игра.
7	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.	1		1	Игровой	Учебная игра.
8	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.	1		1	Игровой	Учебная игра.
9	ОФП.	1		1	Игровой	Учебная игра.
10	СФП	1		1	Игровой	Учебная игра.
11	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.	1		1	Игровой	Учебная игра.
12	Обучение и совершенствование техники ведения мяча.	1		1	Игровой	Учебная игра.
13	Обучение и совершенствование техники обманных движений.	1		1	Игровой	Учебная игра.

14	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	1		1	Игровой	Учебная игра.
15	Учебная игра.	1		1	Игровой	Учебная игра.
16	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и не ведущей ногой.	1		1	Игровой	Учебная игра.
17	Судейская практика	1		1	Игровой	Учебная игра.
18	Подвижные игры с элементами футбола.	1		1	Игровой	Учебная игра.
19	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.	1		1	Игровой	Учебная игра.
20	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.	1		1	Игровой	Учебная игра.
21	ОФП.	1		1	Игровой	Учебная игра.
22	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.	1		1	Игровой	Учебная игра.
23	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию.	1		1	Игровой	Учебная игра.
24	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.	1		1	Игровой	Учебная игра.
25	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.	1		1	Игровой	Учебная игра.
26	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков.	1		1	Игровой	Учебная игра.
27	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.	1		1	Игровой	Учебная игра.
28	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.	1		1	Игровой	Учебная игра.
29	Обучение тактическим действиям в защите.	1		1	Игровой	Учебная игра.
30	Развиваю Обучение и	1		1	Игровой	Учебная игра.

	совершенствование техники быстрого прорыва.					
31	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения.	1		1	Игровой	Учебная игра.
32	Обучение и совершенствование техники защиты.	1		1	Игровой	Соревнование.
33	Учебная игра с разбором допущенных ошибок.	1		1	Игровой	Соревнование.
34	Итоговое занятие.				Игровой	Соревнование.
ИТОГО: 34 часа						

Согласовано
на методическом совете общеобразовательной организации
Протокол от 30 августа 2025 года № 1
Председатель методического совета
_______С.П. Николаева

Согласовано
школьным методическим объединением учителей физического воспитания
Протокол от 30 августа 2025 года № 1
Руководитель ШМО
_____ А.Н.Петренко

Согласовано
Заместитель директора по ВР
_____ А.Н. Писанко
30 августа 2025 год