

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 73
г. Челябинска»**

Приложение к ООП ООО № 1
Утверждено приказом от 31.08.2023 г. № 769

Рабочая программа внеурочной деятельности

Мини - футбол 6 класс

Пояснительная записка

Мини-футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

Мини-Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому мини-футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации. Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений. Психологи рекомендуют занятия командными видами спорта для развития лидерских качеств.

Мини - футбол располагает к этому, потому что здесь ребёнок может проявлять инициативу и принимать решения, которые могут повлиять на исход игры. Взаимодействие с другими детьми научит его ответственности не только за себя, но и за работу коллектива, а также позволит проявить себя и стать капитаном команды. Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни. Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность, повышают уровень функционирования сердечнососудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивости организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

Целью внеурочной деятельности мини-футбол» является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения,

устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «мини-футбол».

Задачи: всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу; освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;

формирование общих представлений о футболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовки обучающихся;

формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества; развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Место и роль внеурочной деятельности по мини - футболу.

Мини-футбол доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей, и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях. Расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате обучения и формирования новых двигательных действий средствами мини-футбола, их использования в прикладных целях для увеличения объёма двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

На внеурочную деятельность по мини-футболу выделено 1 час в неделю, всего 34 часа в год.

Содержание внеурочной деятельности по мини-футболу

Знания о мини-футболе.

Сведения о ведущих отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях. Выдающиеся отечественные и зарубежные игроки, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Правила игры в футбол. Размеры футбольного поля, инвентарь и оборудование для занятий футболом. Судейство соревнований по мини-футболу, роль и обязанности судейской бригады. Соревнования по мини-футболу, фестивали и футбольные проекты, проводимые для общеобразовательных организаций и обучающихся («Кожаный мяч», «Минифутбол – в школу», «Футбол в школе» и другие физкультурно-спортивные мероприятия). Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Правила безопасного поведения на занятиях футболом и стадионе во время просмотра игры в качестве зрителя, болельщика. Характерные травмы футболистов, методы и меры предупреждения травматизма во время занятий. Основы правильного питания и суточного пищевого рациона футболистов. Влияние занятий мини-футболом на укрепление здоровья, развитие физических качеств и физической подготовленности организма. Основы организации здорового образа жизни средствами мини-футбола, методы профилактики вредных привычек и асоциального поведения.

Влияние занятий мини-футболом на формирование положительных качеств личности человека. Стратегии, системы, тактика и стили игры мини-футбол.

Способы самостоятельной деятельности.

Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий мини-футболом. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. Подбор и составление комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений. Закаливающие процедуры. Подбор физических упражнений и комплексов для развития физических качеств мини-футболиста. Методические принципы построения частей урока по мини-футболу. Методы предупреждения и нивелирования конфликтных ситуации во время занятий мини-футболом. Подвижные игры и эстафеты с элементами мини-футбола. Контроль за физической нагрузкой, физическим развитием и состоянием здоровья. Тестирование уровня физической и технической подготовленности в мини-футболе.

Физическое совершенствование.

Подбор и составление комплексов общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Комплексы специальных упражнений для развития физических качеств, упражнения на частоту движений ног и специально-беговые упражнения. Подвижные игры и эстафеты специальной направленности с элементами и техническими приемами мини-футбола. Индивидуальные технические действия с мячом:

- ведение мяча ногой – различными способами с изменением скорости и направления движения, с различным сочетанием техники владения мячом (развороты с мячом, обманные движения («финты»)), удары по мячу ногой);
- остановка мяча ногой – внутренней стороной стопы, подошвой, средней частью подъема, с переводом в стороны;
- удары по мячу ногой – внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, средней частью подъема, внешней частью подъема;

-удар по мячу головой – серединой лба; обманные движения («финты») – «остановка» мяча ногой, «уход» выпадом, «уход» в сторону, «уход» с переносом ноги через мяч, «удар» по мячу ногой; отбор мяча – выбиванием, перехватом; Вбрасывание мяча. Игровые комбинации и упражнения в парах, тройках, группах, тактические действия (в процессе учебной игры и (или) соревновательной деятельности). Игра в мини-футбол по упрощенным правилам. Учебные игры в мини-футбол. Участие в фестивалях и соревнованиях по мини-футболу. Тестовые упражнения по физической и технической подготовленности обучающихся в мини-футболе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Планируемые личностные результаты:

воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития футбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни;

формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта; формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

положительных качеств личности; моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

Планируемые метапредметные результаты:

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот;

схемы для тактических, игровых задач;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

работать индивидуально и в групп; находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов;

формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

Планируемые предметные результаты:

знания о влиянии занятий футболом:

на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств;

на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма;

знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона;

общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола;

понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников;

участие в футбольных проектах («Футбол в школе», «Кожаный мяч», «День массового футбола»);

участие в физкультурно-соревновательной деятельности; характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола;

понимание основных направлений развития спортивного (футбольного) маркетинга, развитие интереса в области спортивного футбольного маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению;

знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу;

правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады;

осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря; применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности;

применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;

умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя;

подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;

умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;

освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря;

применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности;

знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций;

применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности;

проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола;

умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в футбол;

знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;

знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки, приемов массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом;

составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств футболиста, проведение закаливающих процедур;

соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем;

знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий футболом;

выявление факторов риска и предупреждение травмоопасные ситуации;

умение оказания первой помощи при травмах и повреждениях во время занятий футболом;

способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов футбола) и развитию основных специальных физических качеств футболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов; составление рациона питания; основ организации здорового образа жизни средствами футбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения;

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке футболистов;

знание методов тестирования физических качеств, умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования, сопоставлять со среднестатистическими показателями;

проведение тестирования уровня физической подготовленности в футболе со сверстниками.

Планируемые личностные результаты:

патриотизм, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития футбола в современном обществе, в Российской Федерации, в регионе;

сформированность основ саморазвития и самовоспитания через ценности, традиции и идеалы главных футбольных организаций регионального, всероссийского и мирового уровней, отечественных и зарубежных футбольных клубов;

сформированность основных норм морали, духовно-нравственной культуры и ценностного отношения к физической культуре, как неотъемлемой части общечеловеческой культуры средствами футбола;

сформированность толерантного сознания и поведения, способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в учебной, игровой и соревновательной деятельности;

навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в учебной, игровой, досуговой и соревновательной деятельности, судейской практике;

способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности средствами футбола;

осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов средствами футбола как условие успешной профессиональной, спортивной и общественной деятельности;

реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно - оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

умение оказывать первую помощь при травмах и повреждениях.

Планируемые метапредметные результаты:

умение самостоятельно определять цели и составлять планы в рамках физкультурно-спортивной деятельности;

выбирать успешную стратегию и тактику в различных ситуациях;

осуществлять, контролировать и корректировать учебную, игровую и соревновательную деятельность по футболу;

умение эффективно взаимодействовать и разрешать конфликты в процессе игровой, соревновательной деятельности, судейской практики, учитывать позиции других участников деятельности;

умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию и тактику поведения в игровой, соревновательной и досуговой деятельности, судейской практике с учётом гражданских и нравственных ценностей;

способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, умение ориентироваться в различных источниках информации с соблюдением правовых и этических норм, норм информационной безопасности.

Планируемые предметные результаты:

знание названий, структуры и функций официальных органов управления футбольным движением в Европе и мире, роли Общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз» (РФС), ФИФА и УЕФА в формировании стратегических инициатив, современных тенденций развития современного футбола на территории России, региона, международной арене; способность аргументированно принимать участие в обсуждении успехов и неудач сборной команды страны, отечественных и зарубежных футбольных клубов на международной арене;

способность анализировать результаты соревнований, входящих в официальный календарь соревнований (международных, всероссийских, региональных);

различать системы проведения соревнований по футболу, понимать структуру спортивных соревнований и физкультурных мероприятий по футболу и его спортивным дисциплинам среди различных возрастных групп и категорий участников;

владение основными направлениями спортивного (футбольного) маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению средствами футбола в области физической культуры и спорта; способность характеризовать влияние занятий футболом на физическую, психическую, интеллектуальную и социальную деятельность человека;

понимание роли и взаимосвязи развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического и тактического мастерства; способность характеризовать и демонстрировать средства общей и специальной физической подготовки, применять их в образовательной и тренировочной деятельности при занятиях футболом; владение навыками разработки и выполнения физических упражнений различной целевой и функциональной направленности, используя средства футбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности; способность характеризовать и демонстрировать комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки тактических приемов футболиста и тактики футбола; способность демонстрировать технику ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных технических действий в учебной, игровой, досуговой и соревновательной деятельности; моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, стандартных комбинаций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности; способность слаженно действовать и страховать партнеров при организации обороны по принципу персональной, зонной и комбинированной защиты; способность планировать, организовывать и проводить самостоятельные тренировки по футболу с учетом применения способов самостоятельного освоения двигательных действий, подбора упражнений для развития специальных физических качеств футболиста; участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном, муниципальном, городском, региональном, всероссийском уровнях; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре; владение технологиями предупреждения и нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; способность понимать сущность возникновения ошибок в двигательной (технической) деятельности при выполнении технических приемов, анализировать и находить способы устранения ошибок; проводить анализ собственной игры и игры команды соперников, выделять слабые и сильные стороны игры, делать выводы; соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, способность применять знания в самостоятельном выборе спортивного инвентаря (технические требования к инвентарю и оборудованию), мест для самостоятельных занятий футболом, в досуговой деятельности; соблюдение правил

техники безопасности во время занятий и соревнований по футболу; знание причин возникновения травм и умение оказывать первую помощь при травмах и повреждениях во время занятий футболом; соблюдение гигиенических основ образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности, основ организации здорового образа жизни средствами футбола; владение и применение способов самоконтроля в учебной, тренировочной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки, способов индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния; способность проводить контрольно-тестовые упражнения по общей, специальной и технической подготовке футболистов в соответствии с методикой; выявлять особенности в приросте показателей физической подготовленности, сравнивать их с возрастными стандартами физической подготовленности; способность соблюдать правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований различного уровня по футболу в качестве зрителя, болельщика («фаната»); 20 способность применять способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения, антидопингового поведения.

Планируемые результаты

Содержание модуля по футболу направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

Личностные результаты

При изучении модуля по футболу на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

- воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знания истории и современного состояния развития футбола;
- проявление готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;
- формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, положительных качеств личности;
- моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; освоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях.
- Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях, способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности средствами футбола.

Метапредметные результаты

При изучении внеурочной деятельности по мини-футболу у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты: - умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать

наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач и собственные возможности их решения;

- умение сопоставлять свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, определять и формулировать для себя новые задачи, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе;
- находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот, схемы для тактических, игровых задач.

Предметные результаты

При изучении внеурочной деятельности по мини-футболу у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

- понимание роли и значения занятий футболом в формировании личностных качеств, основ здорового образа жизни, укреплении и сохранении здоровья;
- знания правил соревнований по виду спорта футбол, состава судейской бригады их роли, обязанностей, основных функций и жесты;
- соблюдать правила игры футбол в учебных играх в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;
- знания правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- умение организовывать и проводить подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;
- умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;
- демонстрировать технику ударов по мячу ногой различными способами, удар по мячу головой, остановку мяча, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений («финтов»), отбора и вбрасывания мяча;
- умение применять изученные технические приемы в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности;
- анализировать выполнение технических приемов в футболе и находить способы устранения ошибок;
- выполнять игровые комбинации и упражнения в парах, тройках, группах и тактические действия с учетом игровых амплуа и ситуаций, в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности;

- умение оказывать первую помощь при травмах и повреждениях во время занятий футболом;
- соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем, знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки;
- выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке футболистов, а также знание методов тестирования физических качеств и умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования;
- участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном, муниципальном, городском, региональном, всероссийском уровнях;
- взаимодействие со сверстниками при выполнении групповых упражнений тактического характера, умение проявлять толерантность во время учебной и соревновательной деятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «МИНИ-ФУТБОЛ»

Раздел. 1. Знания о физической культуре мини-футбола 3 часа (в процессе практических занятий)	
Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона	Знать общие сведения о ведущих отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях. Знать названия и роль главных футбольных организаций мирового, всероссийского и регионального уровней
Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола	Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Характеризовать их вклад в развитие и становление современного футбола. Аргументированно принимать участие в обсуждении успехов и неудач отечественных футболистов, Национальной сборной команды страны по футболу на международной арене.
Официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в Российской Федерации, в регионе для обучающихся образовательных организаций, на международном уровне. Школьная спортивная лига по футболу, «Кожаный мяч», «Колосок», «День массового футбола», «Футбол в школе», футбольные проекты для образовательных	Знать и использовать официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в России, регионе для обучающихся образовательных организаций для своевременной подготовки и участия в соревнованиях, отслеживания и просмотра игр в качестве зрителя. Знать и рассказывать об официальных

организаций и обучающихся.	соревнованиях по футболу, проводимых для детей и подростков на международном уровне. Знать, понимать и уметь рассказывать роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников. Участвовать в футбольных проектах для образовательных организаций и обучающихся
Современные тенденции развития школьной спортивной лиги по футболу	Выделять современные тенденции развития школьной спортивной лиги по футболу, характеризовать ее функции и значимость для развития школьного футбола
Современные правила организации и проведение соревнований по футболу.	Знать и анализировать современные правила организации и проведения соревнований по футболу, различные системы проведения соревнований, структуру соревнований среди различных возрастных групп и категорий участников.
Правила судейства соревнований по футболу; роль и обязанности судейской бригады.	Знать состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по футболу и основные функции. Знать и понимать жесты судьи. Уметь показывать жесты судьи. Владеть понятийным аппаратом вида спорта «футбол». Знать и понимать требования к оформлению протоколов соревнований по футболу. Уметь оформлять протоколы соревнований по футболу, проводимых в школе. Применять правила соревнования и судейскую терминологию в судейской практике и игре.
Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем	Знать и соблюдать правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем.
Влияние занятий футболом на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма	Знать, раскрывать и анализировать значение влияния занятий футболом на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма.
Влияние занятий футболом на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств.	Знать, раскрывать и анализировать значение занятий футболом на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств.
Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности 3 часа	
Самоконтроль и его роль в учебной и	Применять правила самоконтроля в

соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом.	учебной и соревновательной деятельности. Формулировать роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Знать первые признаки утомления. Знать и применять средства и методы восстановления организма после физической нагрузки.
Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ свои показатели и сопоставление их со среднестатистическими данными.	Осуществлять контроль за физической нагрузкой, контролировать физическое развитие (дневник самоконтроля) анализировать показатели и сопоставлять со среднестатистическим
Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола	Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу.
Раздел 3. Физическое совершенствование» 28 часов	
Подбор и составление комплексов общеразвивающих упражнений с футбольным мячом.	Подбирать и составлять, в т.ч. с помощью учителя, комплексы общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Выполнять самостоятельно комплексы общеразвивающих упражнений с футбольным мячом во время учебных, тренировочных и самостоятельных занятий футболом.
Проектирование комплексов упражнений и/или части занятия (разминка, подготовительная, основная, заключительная часть; групповое занятие)	Освоить методику проектирования (с помощью учителя) отдельных комплексов упражнений и/или части занятия по футболу, подвижных игр; проводить под руководством учителя разминку, часть занятия, групповое упражнение, организовывать и проводить подвижные игры с элементами футбола в качестве помощника учителя, в досуговой деятельности и каникулярное время.
Технические приемы и тактические действия футбола, изученные на уровне начального общего образования	Знать определения технической и тактической подготовки. Демонстрировать в образовательной деятельности технические приемы и тактические

	действия футбола, изученные на уровне начального общего образования
<p>Удары по мячу ногой: удары по мячу внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу; удар с полулета правой и левой ногой; удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью. Удары по мячу ногой пяткой (назад) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу правой, и левой ногой. Удары внешней частью подъема: стоя на месте и в движении; верхом, на короткое расстояние; передачи (пас) мяча низом.</p>	<p>Осваивать технику ударов по мячу ногой различными способами. Демонстрировать удары по мячу внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу навстречу, от игрока, справа или слева; удары с полулета правой и левой ногой, различными способами, с различными направлениями, траекторией, скоростью; удары по мячу ногой пяткой (назад) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу правой, и левой ногой; удары внешней частью подъема: стоя на месте и в движении; верхом, на короткое расстояние; передачи (пас) мяча низом. Находить ошибки в технике ударов по мячу ногой различными способами и пути их исправления. Применять изученный удары в учебной, игровой и досуговой деятельности.</p>
<p>Удары по мячу головой: удар серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом; на точность, силу, дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара.</p>	<p>Осваивать и демонстрировать удары по мячу головой различными способами. Применять необходимые способы удара по мячу головой после передач с фланга при атакующих и оборонительных действиях вблизи ворот. Находить ошибки в технике ударов по мячу головой различными способами и пути их исправления. Применять изученный удары в учебной, игровой и досуговой деятельности</p>
<p>Остановка мяча с переводом в стороны и назад (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки): подошвой; внутренней стороной стопы; серединой подъема; внешней стороной стопы; остановка животом; головой. Остановки мяча изученными способами на высокой скорости движения, применения необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча, выводя мяч на удобную позицию для последующих действий.</p>	<p>Осваивать и демонстрировать: -остановки мяча: подошвой; внутренней стороной стопы; серединой подъема; внешней стороной стопы; остановка животом; головой; -остановки мяча изученными способами. Находить ошибки в технике остановки мяча головой различными способами и пути их исправления. Применять необходимые способы остановок мяча в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности.</p>

<p>Ведение мяча: способы ведения мяча (с увеличением скорости движения, выполнения рывков и обводок, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10 м); различные сочетания приемов техники передвижения с техникой владения мячом.</p>	<p>Выполнять ведение мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом. Находить ошибки в технике способов ведения мяча и пути их исправления. Демонстрировать технику способов ведения мяча во время учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности</p>
<p>Обманные движения (финты): Ведение мяча с выполнением неожиданной остановки мяча для партнера, который двигается за спиной, с дальнейшим уходом без мяча вперед, увлекая соперника за собой. Выполнение обманных движений в единоборстве. Ведение мяча с выполнением показа ложного удара пяткой назад с последующим дальнейшим ведением мяча. Ведение мяча с выполнением показа ложной остановки мяча подошвой, без касания или с касанием мяча подошвой, с последующим неожиданным уходом с мячом вперед за счет рывка</p>	<p>Знать и демонстрировать различные обманные движения (финты): с внезапными остановками, выполнением обманных движений в единоборстве, выполнением показа ложного удара, ложной остановки мяча. Находить ошибки в технике выполнения финтов и пути их исправления. Демонстрировать технику финтов во время учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности.</p>
<p>Вбрасывание мяча из различных исходных положений: с места и после разбега; на точность и дальность, для остановки его стоящего и/или двигающегося партнера</p>	<p>Осваивать и демонстрировать вбрасывание мяча из различных исходных положений: с места и после разбега; на точность и дальность. Применять во время занятий, учебных игр и соревнований.</p>
<p>Технические приемы вратаря: Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча. Прием мяча в движении (катящегося и летящего на различной высоте мяча, на вратаря и в сторону): хватом снизу; сверху на месте; без прыжка и в прыжке; без падения. Выбивание мяча ногой: от ворот с места по катящемуся мячу на встречу и с рук; на точность. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Бросок мяча одной рукой с боковым замахом и снизу. Тактические действия вратаря: Правильный выбор позиции в воротах при ударах по воротам. Введение мяча в игру, после ловли мяча, ногой ударом от ворот. Выбор правильной позиции при выполнении командой соперника стандартных</p>	<p>Описывать разучиваемые технические приемы и тактические действия вратаря. Понимать значение выполнения технических и тактических действий вратаря в учебной, игровой и соревновательной деятельности. Осваивать технические приемы вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча; тактические действия вратаря: выбор позиции, введение мяча в игру; выбор места в штрафной площади, руководство игрой партнеров по обороне. Моделировать технические приемы и тактические действия вратаря в игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий вратаря, уметь анализировать причины их возникновения, исправлять их.</p>

<p>положений вблизи своих ворот. Выбор места (в штрафной площади) при ловле мяча на выходе и на перехвате. Руководство игрой партнеров по обороне</p>	<p>Соблюдать дисциплину и правила безопасного поведения во время занятий футболом. Развивать общефизические и специальные качества. Демонстрировать общую физическую и специальную подготовку во время контрольно-тестовых упражнений. Проявлять познавательный интерес к освоению технических приемов и тактических действий вратаря. Демонстрировать во время учебной и игровой деятельности смелость, ловкость, мышление и внимание.</p>
<p>Тактика нападения: -Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Скоростное маневрирование: «открывание» для приема мяча; отвлечение соперника; создание численного преимущества на отдельном участке поля. -Групповые действия. Взаимодействие с партнерами при численном превосходстве соперника. Взаимодействия трех игроков в атакующих действиях. Комбинации: в тройках, «пропуск мяча», «пас на третьего». Стандартные положения. Взаимодействие с партнерами при организации атаки с использованием различных передач: на ход, в ноги, коротких, средних, длинных, продольных, поперечных, диагональных, низом, верхом. Игры в одно касание. Изменения фланга атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг. Правильные взаимодействия на последней стадии развития атаки вблизи ворот противника. - Командные действия. Расположение и взаимодействие игроков при введении мяча от своих ворот. Быстрое и постепенное нападения по избранной тактической системе. Взаимодействия с партнерами при разном числе нападающих, внутри линий и между линиями.</p>	<p>Знать и демонстрировать индивидуальные, групповые и командные действия в тактике нападения (тактические действия в парах, в тройках, в группах, во время игр с уменьшенным составом (2х2, 3х3, 4х4, 5х5)). Уметь оценивать ситуации и своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча в игре. Эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации. Уметь выбирать из нескольких возможных решений создаваемых игровых ситуаций наиболее правильное и рациональное использование изученных технические приемов. Взаимодействовать с партнерами по команде при организации атаки с использованием различных передач: на ход, в ноги, коротких, средних, длинных, продольных, поперечных, диагональных, низом, верхом, в т.ч. на стадии развития атаки вблизи ворот соперника, при разном числе нападающих, внутри линий и между линиями Знать и моделировать тактические действия нападения в учебной и игровой деятельности. Осваивать тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; умения быстро переключаться в действиях – от нападения к защите и от защиты к нападению. Взаимодействовать в парах, группах при выполнении тактических действий футбола.</p>

	<p>Планировать тактику атаки, быстрой атаки при различных игровых ситуациях. Развивать специальные качества футболиста: ориентироваться на поле, быстро переключаться от одного действия к другому; чувствовать размеры и границы поля; видеть своих членов команды и соперников; предугадывать действия своих членов команды (игроков) и игроков команды соперника. Проявлять специальные физические качества футболиста: общую выносливость, взрывную скорость, координацию</p>
<p>Тактика защиты: - Индивидуальные действия. Оценка целесообразности той или иной позиции. Своевременное занятие наиболее выгодной позиции. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки. - Групповые действия. Взаимодействие в обороне при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. Взаимодействия в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Правильный выбор позиции и страховки при организации противодействия атакующим комбинациям. Организация противодействия комбинациям «пропуск мяча» и «пас на третьего». Расположение и взаимодействие игроков при в ведении мяча от ворот противника. Создания численного превосходства в обороне. - Командные действия. Организация обороны по принципу персональной защиты. Расположение и взаимодействие игроков при в ведении мяча от ворот противника. Быстрое перестроения от обороны к началу и развитию атаки. Основы организации обороны по принципу зонной защиты. Организация обороны против быстрого нападения. Организация обороны по принципу комбинированной защиты. Организация обороны против медленного нападения.</p>	<p>Знать и демонстрировать индивидуальные, групповые и командные действия в тактике защиты. Уметь своевременно занимать наиболее выгодные позиции, страховать партнеров, применять отбор мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки, взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организовывать противодействия различным комбинациям, создавать численное превосходство в обороне. Организовывать оборону по принципу персональной, зонной и комбинированной защиты. Знать и моделировать тактические действия защиты в учебной и игровой деятельности. Осваивать тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; умения быстро переключаться в действиях – от нападения к защите и от защиты к нападению. Взаимодействовать в парах, группах при выполнении тактических действий футбола. Планировать тактику защиты; защитных действий при различных игровых ситуациях. Развивать специальные качества футболиста: ориентироваться на поле, быстро переключаться от одного действия к другому; чувствовать размеры и границы поля; видеть своих членов команды и соперников; предугадывать действия своих членов команды (игроков) и игроков команды соперника. Проявлять</p>

	<p>специальные физические качества футболиста: общую выносливость, взрывную скорость, координацию, скоростно-силовые качества. Общаться во время учебной и игровой деятельности, выстраивая стратегию и тактику игры футбол. Проявлять заинтересованность и познавательный интерес к освоению тактических основ футбола.</p>
<p>Подвижные игры и эстафеты специальной направленности</p>	<p>Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе, игровой и соревновательной деятельности по футболу</p>
<p>Учебные игры в футбол.</p>	<p>Участвовать в учебных играх по правилам. Демонстрировать настрой на успех и понимание сути игры. Демонстрировать умения и навыки выполнения технических приемов и тактических действий в учебных играх. Знать и соблюдать правила игры в футбол. Осуществлять судейство учебных игр в качестве помощника судьи (учителя). судьи, секретаря. Использовать футбольную терминологию, судейские жесты во время осуществления судейства учебных игр. Демонстрировать во время учебной и игровой деятельности волевые, социальные качества личности, организованность, ответственность. Проявлять уважительное отношение к одноклассникам, проявлять культуру общения и взаимодействия, в достижении общих целей при совместной деятельности. Осуществлять анализ своей и командной игровой деятельности. Выявлять ошибки, находить правильные пути их устранения.</p>
<p>Участие в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях по футболу (проект «Футбол в школе», «День массового футбола», «Кожаный мяч», «Колосок», «Мини-футбол – в школу» и других соревнованиях)</p>	<p>Участвовать в физкультурно - соревновательной деятельности на школьных, районных, муниципальных этапах различных футбольных соревнований, проектов, фестивалей, конкурсов. Преодолевать трудности в ходе</p>

	<p>спортивной борьбы; проявлять волю и стремление к победе; Демонстрировать полученные навыки и умения играть в футбол. Показывать результаты не ниже среднего уровня, при выполнении нормативных требований ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО). Приобщаться к регулярным занятиям физической культурой и футболом, в частности, вести здоровый образ жизни.</p>
--	--

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Андреев С., Гарагуля Т. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе. М.:// Советский спорт, 2011
2. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах. Методическое пособие. – Липецк: //«ГУ «РОГ», 2004.
3. Анисимова М.В., Бегун И.С., Водяницкая О.И., Тяпин А.Н. Методические рекомендации для учителей физической культуры. - Москва // 2012.
4. Варюшин В.В., Лопачев. Р.Ю. Первые шаги в футболе. М.: Искусство, наука, спорт, 2013 -120с.
5. Врублевский Е., Костюкевич В., Модели тактики игры в футболе. - М.:// Спорт, 2020.
6. Погадаев Г. И. Физическая культура. Футбол для всех 5-9 кл. Учебное пособие. - М.://Дрофа, 2019.
7. Погадаев Г.И. Физическая культура. Футбол для всех 10-11 кл. Учебное пособие. - М.://Дрофа, 2019.
8. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол. - М.; Советский спорт, 1989 – 47с.

Адреса порталов и сайтов в помощь учителю физической культуры

1. Большая олимпийская энциклопедия: <http://slovari.yandex.ru/dict/olympic>
2. Газета «Здоровье детей» Издательского дома «Первое сентября»: <http://zdd.1september.ru/>
3. Газета «Спорт в школе» Издательского дома «Первое сентября»: <http://spo.1september.ru/>
4. Круговая тренировка с направленностью физических упражнений на воспитание двигательной активности: Методические указания http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf
5. Раздел «Футбол в школе» официального сайта Российского футбольного союза»: <https://rfs.ru/>
6. Олимпийская энциклопедия Журнал «Физкультура и спорт» <http://www.fismag.ru/>
<http://www.olimpizm.ru/>
7. Педагогическая библиотека: www.pedlib.ru
8. Сайт «Я иду на урок физкультуры»: <http://spo.1september.ru/urok/> <http://fizkultura-na5.ru/>
9. Уроки здоровья http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school_phis3.pdf