**Кировское областное государственное**

**общеобразовательное автономное учреждение**

**«Кировский кадетский корпус имени**

**Героя Советского Союза А. Я. Опарина»**

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  на педагогическом совещании  №\_\_\_\_ от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.  Председатель педагогического совещания \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_/ | УТВЕРЖДЕНО  директор КОГОАУ «Кировский кадетский корпус имени Героя Советского Союза А. Я. Опарина»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.Л.Семейшев |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса дополнительного образования  
«Футбол»  
(Спортивные игры)**

**в 7-11-х взводах на 2023– 2024 уч. год**

|  |
| --- |
| Составитель программы:  Перминов  Александр Дмитриевич  тренер-преподаватель |

**ст. Просница 2023г.**

**Рабочая программа курса дополнительного образования «Футбол» в 7-11-х взводах.**

**Количество часов в неделю** – 5 ч. (компонент образовательной организации учебного плана дополнительного образования).

**Количество часов в год** – 170 ч., в соответствии с Учебным планом КОГОАУ «Кировского кадетского корпуса имени Героя Советского Союза А. Я. Опарина» на 2023 - 2024 уч. год и годовым календарным графиком.

Уровень изучения учебного материала – **базовый**.

**Рабочая программа составлена на основе:**

* требований Закона «Об образовании»,
* Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования,
* на основании Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Программа курса дополнительного образованиясекции «Футбол»  предназначена для кадет 7-11 - х взводов в рамках реализации Федерального государственного образовательного стандарта нового поколения.

Основная идея программы — заключается в мотивации кадет на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть кадет занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в корпусе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа кадет к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

***Цель:***формирование: разносторонней подготовки кадет, рациональной техники, знаний, умений и навыков необходимых футболистам, трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

***Задачи:***

1. укрепить здоровье и закалить организм;
2. привить интерес к систематическим занятиям;
3. обеспечить всестороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
4. овладеть техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
5. освоить процесс игры в соответствии с правилами футбола;
6. участвовать в соревнованиях по футболу;
7. изучит элементарные теоретические сведения о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

**Основные формы образовательной работы с кадетами:** тренировочное занятие.

**Предполагаемые результаты реализации программы:**

Стандарт устанавливает требования к результатам освоения кадетами основной образовательной программы основного общего образования:

**Предметные**, включают освоенные кадетами в ходе изучения учебного предмета умения специфические для футбола, виды деятельности по получению нового знания в рамках спортивной игры, её преобразованию и применению в учебных ситуациях, представлений о ключевых теориях, типах и видах отношений, владение спортивной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами. **Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования**  обеспечивают успешное обучение на следующей ступени образования.

**Метапредметные**, включают освоенные кадетами межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории:

1)  умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

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

3) умение 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;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

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

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное  и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ– компетенции);

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

**Личностные**, включают готовность и способность кадет к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме:

 1)  воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) 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, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

5) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

6) 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.

Стандарт устанавливает требования к результатам освоения кадетами основной образовательной программы среднего общего образования:

**Предметные**, включают освоенные кадетами ранее умения, специфические для данного вида спорта, виды деятельности по получению нового знания в рамках курса Футбола, его преобразованию и применению в учебных, ситуациях, формирование спортивного типа мышления, владение спортивной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами. Курс по Футболу изучается на базовом уровне. Ориентирован на обеспечение общеобразовательной подготовки. Предметные результаты освоения основной образовательной программы обеспечивают возможность дальнейшего успешного профессионального обучения.

**Метапредметные**, включают освоенные кадетами межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в познавательной и социальной практике, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, способность к построению индивидуальной образовательной траектории, владение навыками учебно-исследовательской, проектной и социальной деятельности:

* умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
* умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
* владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
* готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
* умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
* умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
* умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
* владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
* владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

**Личностные**, включающие готовность и способность кадет к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, антикоррупционное мировоззрение, правосознание, экологическую культуру, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской гражданской идентичности в поликультурном социуме:

* сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития спорта, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
* сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, спортивной деятельности;
* толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
* навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
* нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
* готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
* эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
* принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
* бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь.

**Содержание рабочей программы**

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце, обучения по программе, кадеты должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

**Методы и формы обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у кадет предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у кадет конкретные представления об изучаемых действиях.

    Практические методы:

        - методы упражнений;

        - игровой;

        - соревновательный;

        - круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

 - в целом;

- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговое тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся. Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Ожидаемый результат**

    В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости кадет, социальной адаптации кадет, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни кадет, участие в общекорпусных, районных и региональных мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

**Календарно-тематическое планирование секции «Футбол»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание материала** | **Часы** | **Дата** | |
| **план** | **факт** |
| **1** | Т/Б на спортивных играх. Организационный момент. | 5 |  |  |
| **2** | Основные правила игры в футбол. | 5 |  |  |
| **3** | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. | 5 |  |  |
| **4** | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. | 5 |  |  |
| **5** | Ведение мяча. | 5 |  |  |
| **6** | Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. | 5 |  |  |
| **7** | Удар носком. | 5 |  |  |
| **8** | Удар серединой лба на месте. | 5 |  |  |
| **9** | Вбрасывание мяча из-за боковой линии. | 5 |  |  |
| **10** | Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника. | 5 |  |  |
| **11** | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. | 5 |  |  |
| **12** | Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. | 5 |  |  |
| **13** | Удар по летящему мячу средней частью подъема. | 5 |  |  |
| **14** | Вбрасывание мяча из-за боковой линии. | 5 |  |  |
| **15** | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. | 5 |  |  |
| **16** | Обманные движения (финты). | 5 |  |  |
| **17** | Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. | 5 |  |  |
| **18** | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. | 5 |  |  |
| **19** | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. | 5 |  |  |
| **20** | Резаные удары. | 5 |  |  |
| **21** | Удар по мячу серединой лба. | 5 |  |  |
| **22** | Удар боковой частью лба. | 5 |  |  |
| **23** | Остановка катящегося мяча подошвой. | 5 |  |  |
| **24** | Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. | 5 |  |  |
| **25** | Остановка мяча грудью. | 5 |  |  |
| **26** | Совершенствование техники ведения мяча. | 5 |  |  |
| **27** | Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. | 5 |  |  |
| **28** | Отбор мяча подкатом. | 5 |  |  |
| **29** | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом. | 5 |  |  |
| **30** | Финт ударом. | 5 |  |  |
| **31** | Финт остановкой. | 5 |  |  |
| **32** | Совершенствование тактики игры,  тактические действия в защите. | 5 |  |  |
| **33** | Тактические действия в нападении. | 5 |  |  |
| **34** | Двухстороння игра (Соревнование). | 5 |  |  |
| **Итого** | | **170 ч.** | | |

Каждое занятие включает все виды деятельности: разминку, упражнения по отработке комбинаций подачи мяча. При этом необходимо умело сочетать материал из всех разделов программы.

**Формой подведения итогов** реализации программы являются:

1. соревнования разного уровня,
2. контрольная тренировка.

**Материально - техническое обеспечение предусматривает:** стойки для обводки мячей, стойки для подвески мячей, переносные мишени, переносные ворота, маты гимнастические, скакалки, мячи набивные, форма спортивная.

**Список литературы:**

1. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
2. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. – М., 2010.
3. А.Власов «Мини-футбол в школу!», «Спорт в школе», № 23,2006
4. С.Андреев, Э.Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5,2007
5. Виленский, Туревский, Торочкова: Физкультура. 5 - 7 классы. Учебник. ФГОС, Просвещение, 2016 г.
6. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол», / Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. – М.: Просвещение, 2011 г.
7. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт, 2005.
8. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Приложение 1**

**Система формы контроля уровня достижений кадетами**

Умения и навыки проверяются во время участия кадет в корпусном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

**Нормативы**

**по физической и технической подготовке**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Упражнения** | **14 лет** | **15 лет** | **16 лет** | **17 лет** |
| Бег 30м (сек) | 4,9 | 4,7 | 46 | 4,4 |
| Бег 400м (сек) |  | 67,0 | 65,0 | 64,0 |
| 6-минутный бег (м) | 1400 | 1500 |  |  |
| Прыжок в длину с/м (см) | 180 | 200 | 220 | 225 |
| Бег 30м с ведением мяча (сек) | 6,0 | 5,8 | 5,4 | 5,2 |
| Бег 5х30м с ведением мяча (сек) |  | 30,0 | 28,0 | 27,0 |
| Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м) | 45 | 55 | 65 | 75 |
| Удар по мячу ногой на точность (число попаданий) | 8 | 6 | 7 | 8 |
| Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек) |  | 10,0 | 9,5 | 9,0 |
| Жонглирование мячом (кол-во раз) | 12 | 20 | 25 |  |
| Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м) |  | 30 | 34 | 38 |
| Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см) |  | 45 | 50 | 55 |
| Бросок мяча на дальность (м) |  | 20 | 24 | 26 |

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приложение №1

**Оценочный лист секции «Футбол»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Ф.И. воспитанника** | **Бег 100м** | **Бег 1000м** | **Бег 3000м** | **жонглирование кол-во раз** | **пенальти с 9 шагов (3 удара)** | **Пенальти с 11м (5 ударов)** | **Отжимание (кол-во раз)** | **Общий балл** | **Итоговый балл** |
| **1** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **11** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **12** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **13** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **14** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **15** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **16** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **17** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **18** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **19** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **20** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |