

**Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Алексеевская средняя общеобразовательная школа» Белгородской
области**

Рассмотрено

на заседании педагогического совета
протокол №12 от 25.08.2023 г.

«Утверждено»

Директор ОГБОУ «Алексеевская
СОШ»

Овчаренко С.Н.

Приказ от 25.08.2023 г. №93

Приложение

к основной образовательной программе основного общего образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Футбол для всех»

для обучающихся 8 класса

Учитель: Богатченко Наталья Анатольевна

2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного курса «Футбол» (далее - модуль «Футбол») представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО на уровне основного общего образования и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание с учётом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств и методов обучения по различным видам спорта.

При создании программы учебного курса учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

Учебный курс по футболу создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития физических, духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Командный характер игры в футбол воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи, развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность, личные качества - самостоятельность, инициативу, творчество. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Систематические занятия футболом содействуют развитию личностных качеств обучающихся, обеспечивают каждому обучающемуся всестороннее физическое развитие, возможность сохранения здоровья, увеличение продолжительности жизни и работоспособности, приобретение эмоционального, психологического комфорта и залога безопасности жизни.

Целью изучения учебного курса по футболу является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры обучающихся с использованием средств футбола, формирования у подрастающего поколения потребности в ведении здорового образа жизни.

Задачами изучения учебного курса по футболу являются:

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;

приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола;

укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма;

воспитание нравственных качеств, чувства товарищества и личной ответственности, сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.

Место и роль учебного курса по футболу.

Учебного курса по футболу расширяет и дополняет знания, полученные в результате освоения программы по физической культуре на уровне основного общего образования.

Общее число часов, рекомендованных для изучения учебного курса «Флорбол» на уровне основного общего образования, – 34 часа: в 7 классе – 34 часа (1 час в неделю), (рекомендуемый объём в 5, 6, 7, 8, 9-х классах - по 34 часа).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ПО ФУТБОЛУ

Знания о футболе.

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.

Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Игровые амплуа в футболе. Подбор общеразвивающих упражнений для разминки футболистов различных амплуа.

Способы самостоятельной деятельности.

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение соревнований по футболу для обучающихся младшего возраста во время активного отдыха и каникул.

Оценка техники осваиваемых специальных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений. Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

Физическое совершенствование.

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.

Технические действия в игре.

Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом, по прямой, дугами, с изменением направления и скорости.

Прыжки: вверх, вперед - вверх, назад, вверх - вправо, вверх - влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с

разбега. Для вратарей - прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на одной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановка во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа и слева) мячу, по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, внешней частью подъёма, после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое среднее расстояние.

Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка мяча: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад, внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча, с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча: внутренней частью подъёма, внешней частью подъёма, правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущимися партнёрами, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты): «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в сторону и уйти с мячом в другую), «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом), «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).

Отбор мяча: при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча: из-за боковой линии, с места из положения ноги вместе и шага, на точность: в ноги или на ход партнеру.

Техника игры вратаря: основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.

Ловля: летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением, высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и с разбега, летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом.

Быстрый подъём с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке, с места и разбега. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тактические действия в нападении.

Индивидуальные действия без мяча. Выбор месторасположения на

футбольном поле.

Индивидуальные действия с мячом. Способы остановки в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования владения мяча, выбор способа и направления владения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Передача в ноги партнеру, на свободное место, на удар, короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Игровые комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободных ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Выбор позиции по отношению «опекаемого» игрока и противодействие получению им мяча. Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Выбор правильной позиции в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара». Розыгрыш мяча от своих ворот, вести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Содержание учебного курса по футболу направлено на достижение обучающимися *личностных, метапредметных и предметных результатов* обучения.

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

готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;

развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;

развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол;

развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

При изучении учебного курса по футболу на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие *метапредметные результаты*:

овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления с использованием игры в футбол;

формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол, определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;

владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно- оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

овладение способностью использовать знаки, символы, схемы в игровой и соревновательной деятельности по футболу;

аргументирование своей позиции и координирование ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

При изучении учебного курса «Футбол для всех» на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие *предметные результаты*:

формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения, истории возникновения и развития игры в России и

мире; владение различными приемами владения мячом;

применение тактических и стратегических приемов организации игры в футбол в быстро меняющейся игровой обстановке;

применение различных приемов владения мячом и специальными упражнениями футбола, активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;

овладение основными техническими и тактическими элементами футбола и применение их в игре в групповых и командных действиях в нападении и защите;

организация соревнований по футболу для обучающихся младшего школьного возраста;

овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол);

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о футболе					
1.1	Знания о футболе	2	1		www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу					
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2			www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу					
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2			www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу					
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Специально-подготовительные упражнения	4			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Технические действия	8			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.3	Техника игры вратаря	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.4	Тактические действия в нападении	5			https://resh.edu.ru/subject/9/

2.5	Тактические действия в защите	5			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.6	Тестовые упражнения	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.7	Соревнования по футболу	2			https://www.gto.ru/#gto-method https://www.gto.ru/
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	ТБ на занятиях футболом. История и развитие футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.	1			www.edu.ru www.school.edu.ru
2	Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Остановка и передача мяча на месте и в движении	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
3	Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
4	Тестирование – бег 30 метров, челночный бег 3x10 метров, шестиминутный бег	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
5	Ведение мяча с изменением направления	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
6	Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
7	Ведение мяча с изменением направления	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
8	Остановка опускающегося мяча. Развитие	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/

	двигательных качеств				ject/9/10/
9	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Игровые амплуа в футболе	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
10	Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
11	Удары по катящемуся мячу. Техника игры вратаря	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
12	Удары по прыгающему и летящему мячу	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
13	Удары по мячу носком, пяткой. Удары по мячу с лёта	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
14	Обманные движения (финты)	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
15	Отбор мяча. Вбрасывание	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
16	Соревнования по мини- футболу	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
17	Судейская практика. Организация и проведение соревнований по футболу для обучающихся младшего возраста	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
18	Остановка мяча внешней и внутренней стороной стопы	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
19	Комплексное выполнение технических	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/

	приемов				ject/9/10/
20	Тактика игры в атаке	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
21	Тактика игры в обороне	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
22	Тактика игры вратаря	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
23	Двусторонняя учебная игра	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
24	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
25	Ведение, удар (передача мяча), прием мяча, остановка, удар по воротам	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
26	Нападение в игровых заданиях	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
27	Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
28	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защите	1			www.edu.ru www.school.edu.ru
29	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны	1			www.edu.ru https://uchi.ru/
30	Комбинации из освоенных элементов	1			www.school.edu.ru

	техники передвижений				https://uchi.ru/
31	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу	1			www.edu.ru www.school.edu.ru
32	Тестирование – Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам	1			www.school.edu.ru https://uchi.ru/
33	Соревнования по футболу	1			https://resh.edu.ru/subject/9/10/
34	Итоговая контрольная работа на промежуточной аттестации по учебному курсу футбол для всех	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/10/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1		

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Основной формой организации учебного процесса является классно-урочная система с использованием индивидуальных, групповых, парных, фронтальных форм организации учебного процесса.

Для текущего контроля с учетом особенностей класса планируются текущие выполнение упражнений и тестов, устный опрос.

Контроль образовательных результатов предусматривает проведение контрольной работы.

В таблице представлены оценочные средства (оценочные материалы), применяемые в рамках текущего и промежуточного контроля:

Учебный предмет	Класс	Перечень используемых оценочных средств (оценочных материалов)	Электронные материалы, дополнительные материалы
Физическая культура	8		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

Учебные нормативы по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств.

8 класс

№ п/п	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
		Мальчики			Девочки		
		“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
1	Челночный бег 3х10 м, сек	8.1	8.8	9.1	8.6	9.4	9.9
2	Бег 30 м, сек	4.7	5.5	5.8	4.9	5.9	6.1
3	Бег 60 м, сек.	9.0	9.7	10.5	9.7	10.4	10.8
4	Кросс 2000 м, мин (д); 3000м, мин (м)	16.3 0	17.3 0	18.3 0	12.3 0	13.3 0	14.3 0
5	Прыжок в длину с разбега, см	380	360	310	340	310	260
6	Прыжки в длину с места, см	210	180	160	200	160	145
7	Подтягивание на высокой перекладине, раз	9	6	2	17	13	5
8	Сгибание и разгибание рук в упоре, раз	25	20	15	19	13	9
9	Наклоны вперед из положения сидя, см	11+	7	3–	20+	12	7–
10	Подъем туловища за 1мин. из положения лежа	48	43	38	38	33	25
11	Прыжок на скакалке за 1 мин, раз	115	105	100	125	115	110
12	Метание мяча 150 гр. на дальность с разбега, м.	42	37	28	27	22	18
13	Прыжок в высоту с разбега, см	125	115	105	115	105	95

Техническое мастерство

Название упражнения	Обязательная техническая программа					
	юн	дев	юн	дев	юн	дев
	«3»	«3»	«4»	«4»	«5»	«5»
Вбрасывание мяча руками на дальность	11-10 м	10-9 м	13-12 м	12-11 м	14 м и более	13 м и более
Удары на точность попадания с 11 м (число попаданий из 10)	5 р	4 р	6 р	5 р	7 р и более	6 р и более
Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам	13,2 с- 14,2 с	13,4 с - 14,4 с	12,1 с — 13,1 с	12,3 с- 13,3 с	12,0 с и менее	12,2 с и менее
Жонглирование мячом	10 раз	8 раз	12 раз	10 раз	14 раз и более	12 раз и более
Ведение мяча 30 м	7,6 м-8,6 м	7,8 м-8,8 м	6,5 м- 7,5 м	6,7 м- 7,7 м	6,4 м и менее	6,6 м и менее