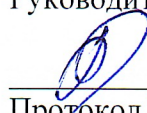


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения Республики Башкортостан

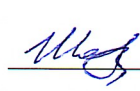
Государственное казенное Серафимовское специальное учебно-воспитательное общеобразовательное учреждение закрытого типа

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО

 Полякова В.Я.
Протокол № 1

от 26.08. 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УР

 Шакирова И.И.

от 27.08. 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГКССУВОУЗТ

 Аднагулов Р.К.

Приказ № 160/1
от 28.08. 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности «Футбол»

для обучающихся 10 класса

Составитель: Рысбаев Рамазан Ямилевич
учитель физической культуры

с. Серафимовский 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Футбол» разработана на основе:

1. Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 г № 413 с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г., 24 сентября, 11 декабря 2020 г., 12 августа 2022 г., 27 декабря 2023 г.

3. Положения о порядке разработки и утверждения рабочих программ ГКССУБОУЗТ.

В последние годы особенно остро встал вопрос о месте и роли спорта в эстетическом и в духовном воспитании детей. Особенно тесно, это связано с дополнительным образованием в детских учреждениях.

В становлении человеческой личности, спорт и искусство играет основную роль, т.к. весь эмоциональный опыт человечества сосредоточен именно в творчестве, в искусстве.

Футбол, это всегда тайна, всегда загадка. Никогда нельзя сказать заранее, как сложится тот или иной матч, кто выйдет победителем тех или иных турниров. Интерес к футболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У футбола есть еще одно ценное качество - он универсален. Систематические занятия футболом оказывают на организм ребенка всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Этот вид спорта формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять свои личные интересы - интересам коллектива, команды, взаимопомощь, активность, чувство ответственности.

Футбол, это игра - игра быстрая и тактически очень сложная, требующая от играющих быстроты мышления, принятия самостоятельных решений, умения анализировать

Целью занятий является разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Основными задачами являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу;
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу.

Осуществляемое в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занятия по программе «Футбол» содействуют всестороннему развитию обучающихся..

Программа внеурочной деятельности направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно - половые и индивидуальные особенности детей.
- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.
- принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.
- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык.

Применяемые методы:

Словесные методы: объяснение, рассказ, беседа, и т.д.

Наглядные методы: показ упражнений, просмотр игр на дисках, слайдах и т.д.

Практические методы: метод упражнений и его варианты, метод многократного повторения

упражнения, переменный, интегральный, игровой и соревновательный методы, круговой тренировки, дифференцированный.

Место курса в плане внеурочной деятельности.

Программа рассчитана на два года обучения в 10 и 11 классах по 34 часа в год (по 1 часу в неделю) в каждом классе.

Планируемые результаты курса внеурочной деятельности

В результате изучения курса у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

1) гражданского воспитания:

сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества;

осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка;

принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей;

готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;

готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества, участвовать в самоуправлении в образовательной организации;

умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением;

готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности;

2) патриотического воспитания:

сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру, прошлое и настоящее многонационального народа России;

ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России, достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях, труде;

идейную убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу;

3) духовно-нравственного воспитания:

осознание духовных ценностей российского народа;

сформированность нравственного сознания, этического поведения;

способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;

осознание личного вклада в построение устойчивого будущего;

ответственное отношение к своим родителям, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;

4) эстетического воспитания:

эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда, общественных отношений;

способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов, ощущать эмоциональное воздействие искусства;

убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;

готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности;

5) физического воспитания:

сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью;

потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

б) трудового воспитания:

готовность к труду, осознание приобретённых умений и навыков, трудолюбие;

готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности; способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;

интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

7) экологического воспитания:

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем;

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;

расширение опыта деятельности экологической направленности.

8) ценности научного познания:

сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире;

совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познанием мира;

осознание ценности научной деятельности; готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе.

Метапредметные результаты:

У обучающегося будут сформированы следующие базовые логические действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне;

устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения;

определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;

выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях;

разрабатывать план решения проблемы с учётом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;

вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности;

координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

развивать креативное мышление при решении жизненных проблем.

У обучающегося будут сформированы следующие базовые исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способностью и готовностью к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

осуществлять различные виды деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях (в том числе при создании учебных и социальных проектов);

формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами;

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных

ситуациях;

выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу её решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;

анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;

давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретённый опыт;

осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду;

уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;

уметь интегрировать знания из разных предметных областей;

выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения; ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения.

У обучающегося будут сформированы умения работать с информацией как часть познавательных универсальных учебных действий:

владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления;

создавать тексты в различных форматах с учётом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации;

оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности.

У обучающегося будут сформированы умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

осуществлять коммуникации во всех сферах жизни;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты;

владеть различными способами общения и взаимодействия;

аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;

развёрнуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

У обучающегося будут сформированы умения самоорганизации как часть регулятивных универсальных учебных действий:

самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;

давать оценку новым ситуациям;

расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений;

делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;

оценивать приобретённый опыт;

способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний;

постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;

У обучающегося будут сформированы умения самоконтроля, принятия себя и других как часть регулятивных универсальных учебных действий:

давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;

владеть навыками познавательной рефлексии как осознанием совершаемых действий и

мыслительных процессов, их результатов и оснований;

- использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;
- оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;
- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;
- признавать своё право и право других на ошибку;
- развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

У обучающегося будут сформированы умения совместной деятельности как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы;
- выбирать тематику и методы совместных действий с учётом общих интересов, и возможностей каждого члена коллектива;
- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;
- оценивать качество вклада своего и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;
- предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;
- осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; проявлять творчество и воображение, быть инициативным.

Предметные результаты:

К концу обучения в 10 классе обучающийся получит следующие предметные результаты:

- иметь представление о футболе и его роли в укреплении здоровья;
- характеризовать физическую культуру как явление культуры, её направления и формы организации, роль и значение в жизни современного человека и общества;
- положительно оценивать связь современных оздоровительных систем физической культуры и здоровья человека, раскрывать их целевое назначение и формы организации, возможность использовать для самостоятельных занятий с учётом индивидуальных интересов и функциональных возможностей;
- проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований;
- уметь преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- проектировать досуговую деятельность с включением в её содержание разнообразных форм активного отдыха, тренировочных и оздоровительных занятий, физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований;
- контролировать показатели индивидуального здоровья и функционального состояния организма, использовать их при планировании содержания и направленности самостоятельных занятий кондиционной тренировкой, оценке её эффективности;
- планировать системную организацию занятий кондиционной тренировкой, подбирать содержание и контролировать направленность тренировочных воздействий на повышение физической работоспособности и выполнение норм Комплекса «Готов к труду и обороне».
- выполнять упражнения корригирующей и профилактической направленности, использовать их в режиме учебного дня и системе самостоятельных оздоровительных занятий;
- выполнять комплексы упражнений из современных систем оздоровительной физической культуры, использовать их для самостоятельных занятий с учётом индивидуальных интересов в физическом развитии и физическом совершенствовании;
- выполнять упражнения общефизической подготовки, использовать их в планировании кондиционной тренировки;
- демонстрировать основные технические и тактические действия в игровых видах спорта в условиях учебной и соревновательной деятельности, осуществлять судейство по одному из

освоенных видов.

Содержание курса внеурочной деятельности

Т/Б на спортивных играх.

Основные правила игры в футбол

Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.

Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы

Ведение мяча

Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема

Удар носком

Вбрасывание мяча из-за боковой линии

Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника

Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом

Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы

Удар по летящему мячу средней частью подъема

Вбрасывание мяча из-за боковой линии

Ведение мяча с активным сопротивлением защитника

Обманные движения (финты)

Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы

Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом

Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема

Резаные удары

Остановка катящегося мяча подошвой

Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы

Остановка мяча грудью

Совершенствование техники ведения мяча

Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо

Отбор мяча подкатом

Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом

Финт ударом. Финт остановкой

Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите.

Тактические действия в нападении

Двусторонняя игра (Соревнование)

Формы проведения занятий:

Практические: учебно-тренировочные занятия в учебных группах, индивидуальные занятия, контрольные соревнования, соревнования.

Методические: просмотр учебных кинофильмов, фотоснимков и других наглядных пособий.

Теоретические: беседы, лекции и учебная практика по овладению необходимыми навыками.

Форма организации детей на занятии: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах.

Тематическое планирование

10 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	ЭЦОР
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	1	www.edu.ru
2	Основные правила игры в футбол	1	
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	1	www.edu.ru www.school.edu.ru
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	https://uchi.ru
5	Ведение мяча	1	www.edu.ru
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1	www.school.edu.ru

7	Удар носком	1	https://uchi.ru
8	Удар серединой лба на месте	1	www.edu.ru
9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	www.school.edu.ru
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	1	https://uchi.ru
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	www.school.edu.ru https://uchi.ru
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	www.edu.ru
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1	www.school.edu.ru
16	Обманные движения (финты)	1	
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	1	https://uchi.ru
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	www.edu.ru www.school.edu.ru
20	Резаные удары	1	
21	Удар по мячу серединой лба	1	https://uchi.ru
22	Удар боковой частью лба	1	
23	Остановка катящегося мяча подошвой	1	www.edu.ru
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1	www.school.edu.ru
25	Остановка мяча грудью	1	https://uchi.ru
26	Совершенствование техники ведения мяча	1	
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	1	www.edu.ru www.school.edu.ru
28	Отбор мяча подкатом	1	https://uchi.ru
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	1	
30	Финт ударом	1	
31	Финт остановкой	1	
32	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	1	www.edu.ru www.school.edu.ru
33	Тактические действия в нападении	1	https://uchi.ru
34	Двусторонняя игра (Соревнование)	1	
	Итого	34	

Календарно-тематическое планирование
10 класс

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
1	Техника безопасности на спортивных играх.	1	
2	Основные правила игры в футбол	1	
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	1	
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	
5	Ведение мяча	1	
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1	
7	Удар носком	1	
8	Удар серединой лба на месте	1	

9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	1	
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1	
16	Обманные движения (финты)	1	
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	1	
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1	
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	
20	Резаные удары	1	
21	Удар по мячу серединой лба	1	
22	Удар боковой частью лба	1	
23	Остановка катящегося мяча подошвой	1	
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1	
25	Остановка мяча грудью	1	
26	Совершенствование техники ведения мяча	1	
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	1	
28	Отбор мяча подкатом	1	
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	1	
30	Финт ударом	1	
31	Финт остановкой	1	
32	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	1	
33	Тактические действия в нападении	1	
34	Двусторонняя игра (Соревнование)	1	
	Итого	34	

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса:

1. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. Пособие для учителя. Москва «Просвещение» 2010
2. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол./ Г.А. Колодницкий, В.С.Кузнецов - М.: Просвещение, 2012г.
3. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2012.
4. Методический журнал «Физическая культура в школе
5. Федеральная рабочая программа СОО «Физическая культура» (для 10-11 классов образовательных организаций), 2023
6. Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли. Система заданий. М.: Просвещение, 2010

Интернет ресурсы

www.edu.ru
www.school.edu.ru
<https://uchi.ru>