

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Печниковская средняя школа»

РАССМОТРЕНО	УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора по воспитательной работе <u>Д</u> Давыдова Е.Н	Директор МОУ «Печниковская СШ» <u>Т.В. Давыдова</u> Т.В. Давыдова
« 1 » <u>сентября</u> 20 <u>23</u> г.	« 01 » <u>сентября</u> 20 <u>23</u> г.

## Программа спортивной секции «Футбол»

Возраст обучающихся: 12-17 лет.

Автор-составитель: педагог дополнительного образования

Давыдов Денис Леонидович.

д. Ватамановская 2023

# Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «Футбол» имеет *физкультурно-спортивную направленность* с общекультурным уровнем освоения.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – неперенный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

## **Актуальность.**

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой **педагогической целесообразности** работы по программе «Футбол». Физическое воспитание в системе дополнительного образования предполагает разнообразные формы педагогической работы с учащимися, способствует решению разных задач. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы

интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

**Отличительные особенности программы.** Основным преимуществом внеурочной деятельности является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится *личностноориентированный и компетентностный подход*. Именно на это и направлена программа «Футбол». Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

#### **Адресат программы**

Программа «Футбол» адресована учащимся школы в возрасте 10-17 лет общеобразовательной школы, занимающихся в системе дополнительного образования.

**Цель программы:** формирование и развитие физических способностей и навыков учащихся, формирование моральных и волевых качеств через обучение технике и тактике игры в футбол в доступной форме, без спортивного совершенствования.

#### **Задачи программы: Образовательные:**

- обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстроменяющейся обстановке;
- дать представление о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта; – обучить формированию индивидуального двигательного режима. *Развивающие:*
- формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений) и кондиционные (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способности;
- формировать индивидуальный двигательный режим учащихся;
- развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;
- формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

#### *Воспитательные:*

- способствовать воспитанию физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся;
- способствовать воспитанию моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

## **Планируемые результаты обучения:**

### **Предметные**

- учащиеся познакомятся с историей возникновения игры футбол;
- учащиеся познакомятся с историей и развитием физической культуры и спорта; – учащиеся познакомятся с правилами игры в футбол,
- учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.

*учащиеся получают возможность научиться:*

- применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстромеменяющейся обстановке;
- применять во время игры в футбол все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча);
- применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;
- организовывать и судить школьные соревнования.

### **Метапредметные учебно-интеллектуальные:**

*учащиеся научатся:* – выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;
- использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития.

*учащиеся получают возможность научиться:*

- определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;
- осуществлять констатирующий и прогнозирующий контроль по результату и по способу действия;
- выделять и формулировать то, что усвоено и что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения. учебно-

коммуникативные учащиеся научатся:

- организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;
- работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр.

*учащиеся получают возможность научиться:*

- координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

учебно-организационные учащиеся научатся:

- работать с информацией;
- применять правила и пользоваться инструкциями;

- использовать знаки, символы, схемы; *учащиеся получают возможность научиться:* – устанавливать причинно-следственные связи;
- строить логические, рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и выводы. Личностные у *учащихся будут сформированы:*
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- способности к эмоциональному восприятию физических объектов, задач, решений, рассуждений; *у учащихся могут быть сформированы:*
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;
- критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания.

### **Условия реализации программы:**

#### *Условия набора и режим занятий:*

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 7-18 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения. Формирование группы производится с учетом способностей и физической подготовленности детей. В начале и в конце учебного года (сентябрь, май) проводится медицинский осмотр, по итогам которого даются рекомендации по оздоровлению детей.

*Наполняемость учебной группы:* 1 год обучения – 15 человек; человек.

#### *Срок реализации программы:*

Год обучения	Количество учебных часов	Периодичность занятий
1 год	68	2 раза в неделю по 1 часу

#### *Материально-техническое оснащение занятий*

- 1) оборудованный спортивный зал;
- 2) ворота футбольные;
- 3) футбольные мячи;
- 4) насос ручной, иглы;
- 5) держатель для мяча;
- 6) гимнастические скамейки;
- 7) маты гимнастические;
- 8) стенка гимнастическая;

- 9) мячи набивные весом 1 кг;
- 10) скакалки;
- 11) свисток;
- 12) секундомер – 1 шт.

*Кадровое обеспечение:* педагог с соответствующим профилю объединения образованием и опытом работы.

*Форма организации занятий:* групповая и индивидуально-групповая.

*Формы организации деятельности учащихся на занятии:*

- Фронтальная - одновременная работа всех учащихся.
- Индивидуальная, фронтальная - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы.
- Групповая - организация работы по малым группам.
- В парах - организация работы по парам.
- Индивидуальная

*Возможные формы занятий:*

- учебно-тренировочные занятия,
- игры,
- эстафеты,
- соревнования.

расширение двигательного опыта учащихся посредством движений различной координационной сложности;

- расширение границ двигательной активности учащихся за счет развития их физических способностей;
- активизация и совершенствование основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти и наглядно-действенного мышления.

Наиболее важными в этот год обучения в учебно-тренировочной группе являются упражнения общего воздействия, направленные на разностороннюю подготовку, на укрепление опорно-двигательного аппарата и воспитание скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, гибкости и общей (аэробной) выносливости.

Учебно - тематический план

№ п/п	Тема занятий	Количество часов	Формы проведения занятий	
			теория	практика

1	Основы знаний	2	2	
2	Техническая подготовка	26	5	21
3	Тактическая подготовка	8	2	6
4	Физическая подготовка	32	5	27
	<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>	<b>14</b>	<b>54</b>

#### Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2021	25.05.2022	34	68	2 раза в неделю по 1 часу

- сформированы умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования;
- развиты координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений и кондиционные (скоростно-силовые, скоростные, выносливость, сила и гибкость) способности;
- сформирован индивидуальный двигательный режим;
- сформированы навыки самоконтроля и самоорганизации;
- сформированы нравственные качества: упорство и настойчивость, стремление к достижению цели, взаимопомощь и взаимовыручка, умение выходить из конфликтных ситуаций во время игры.

**Календарно-тематическое планирование 1 год обучения 68 часов**

**3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	06	18.00-19.00	групповое	1	Вводное занятие	Спортивный зал кабинет №18	Входной контроль: устный опрос.
2	сентябрь	08	18.00-19.00	групповое	1	Общие сведения о футболе, правила игры, гигиены  Правила перехода, замены, судейства, схемы	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
3	сентябрь	13	18.00-19.00	групповое	1	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	Школьный стадион Волейбольная площадка	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
4	сентябрь	15	18.00-19.00	групповое	1	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	Школьный стадион Волейбольная площадка	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
5	сентябрь	20	18.00-19.00	групповое	1	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма.	Школьный стадион Волейбольная площадка	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.

						Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма.		
6	сентябрь	22	18.00-19.00	групповое	1	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
7	сентябрь	27	18.00-19.00	групповое	1	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
8	сентябрь	29	18.00-19.00	групповое	1	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль пробная игра
9	октябрь	04	18.00-19.00	групповое	1	Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
10	октябрь	06	18.00-19.00	групповое	1	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Поддача мяча в штрафную площадь.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
11	октябрь	11	18.00-19.00	групповое	1	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль. Пробная игра

						стороной стопы.		
12	октябрь	13	18.00-19.00	групповое	1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника).	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
13	октябрь	18	18.00-19.00	групповое	1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника).	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
14	октябрь	20	18.00-19.00	групповое	1	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов).	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
15	октябрь	25	18.00-19.00	групповое	1	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов).	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
16	октябрь	27	18.00-19.00	групповое	1	Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: пробная игра
17	октябрь	01	18.00-19.00	групповое	1	Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
18	ноябрь	08	18.00-19.00	групповое	1	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка

						изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков.		выполнения умений.
19	ноябрь	10	18.00-19.00	групповое	1	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
20	ноябрь	15	18.00-19.00	групповое	1	Нападение в игровых заданиях 3:1,3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
21	ноябрь	17	18.00-19.00	групповое	1	Нападение в игровых заданиях 3:1,3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
22	ноябрь	22	18.00-19.00	групповое	1	Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
23	ноябрь	24	18.00-19.00	групповое	1	Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: сдача нормативов
24	ноябрь	29	18.00-19.00	групповое	1	Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.

						лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Многократное поднимание прямых ног в висе.		
25	ноябрь	01	18.00-19.00	групповое	1	Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Многократное поднимание прямых ног в висе.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
26	ноябрь	06	18.00-19.00	групповое	1	Бег в горку. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
27	декабря	08	18.00-19.00	групповое	1	Бег в горку. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: пробная игра
28	декабрь	13	18.00-19.00	групповое	1	Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Подвижная игра «Всадники».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
29	декабрь	15	18.00-19.00	групповое	1	Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
30	декабрь	20	18.00-19.00	групповое	1	Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
31	декабрь	22	18.00-19.00	групповое	1	Челночное перемещение. Бег с	Спортивный зал	Текущий контроль:

						внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие.	кабинет №18	устный опрос; проверка выполнения умений.
32	декабрь	27	18.00-19.00	групповое	1	Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
33	декабрь	29	18.00-19.00	групповое	1	Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: пробная игра
34	января	13	18.00-19.00	групповое	1	Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Сумей догнать». Подвижная игра «Гонка с выбыванием».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
35	январь	18	18.00-19.00	групповое	1		Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
36	январь	20	18.00-19.00	групповое	1	Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
37	январь	25	18.00-19.00	групповое	1	Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
38	январь	27	18.00-19.00	групповое	1	Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.

						Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу		
39	январь	01	18.00-19.00	групповое	1	Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
40	февраля	03	18.00-19.00	групповое	1	Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: пробная игра.
41	февраль	08	18.00-19.00	групповое	1	Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижная игра «Вызов номеров».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
42	февраль	10	18.00-19.00	групповое	1	Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижная игра «Вызов номеров».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
43	февраль	15	18.00-19.00	групповое	1	Подвижная игра «Поймай палку». Подвижная игра «Поймай мяч».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: сдача нормативов
44	февраль	17	18.00-19.00	групповое	1		Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
45	февраль	22	18.00-19.00	групповое	1	Подвижная игра «Поймай палку». Подвижная игра «Поймай мяч».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
46	февраль	24	18.00-19.00	групповое	1	Подвижная игра «Салки». Подвижная игра « Охотники и утки».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
47	март	01	18.00-19.00	групповое	1	Подвижная игра «Салки». Подвижная игра « Охотники и утки».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: пробная игра
48	март	03	18.00-19.00	групповое	1	Подвижная игра «Перехвати мяч». Подвижная игра «В одно касание».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
49	март	08	18.00-19.00	групповое	1	Подвижная игра «Перехвати мяч». Подвижная игра «В одно касание».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка

								выполнения умений.
50	март	10	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
51	март	15	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: пробная игра.
52	март	17	18.00-19.00	групповое	1	Подвижная игра «Салки в парах». Подвижная игра «Бег-преследование».	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
53	март	22	18.00-19.00	групповое	1	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
54	апрель	05	18.00-19.00	групповое	1	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
55	апрель	07	18.00-19.00	групповое	1	Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
56	апрель	12	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
57	апрель	14	18.00-19.00	групповое	1	Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
58	апрель	19	18.00-19.00	групповое	1	Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.

						Групповые тактические действия в защите.		
59	апрель	21	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
60	апрель	28	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
61	Май	03	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
62	май	05	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
63	май	10	18.00-19.00	групповое	1	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль сдачи нормативов
64	май	12	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.	Школьный стадион Волейбольная площадка	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
65	май	17	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.	Школьный стадион Волейбольная площадка	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
66	май	19	18.00-19.00	групповое	1	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.	Спортивный зал кабинет №18	Текущий контроль: устный опрос; проверка выполнения умений.
67	май	23	18.00-19.00	групповое	1	Учебная игра с разбором допущенных ошибок.	Школьный стадион Волейбольная площадка	сдача нормативов, соревнования
68	май	25	18.00-19.00	групповое	1	Учебная игра	Спортивный зал кабинет №18	Соревнования

## Содержание разделов программы

### 1. Теоретические сведения *Теория:*

- Правила техники безопасности и поведения на занятиях футболом;
- Правила игры в футбол (размеры поля для игры в футбол, правила игры, полевых игроков и вратаря, выполнение штрафных ударов, классификация и терминология технических приемов игры в футбол);
- Значение здорового образа жизни (режима дня в жизнедеятельности человека, питание в сохранении и укреплении здоровья);
- Гигиенические требования (гигиена жилья, места учебы, отдыха и занятий спортом, личная гигиена, гигиена одежды и обуви);
- Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека (значение утренней гимнастики и закаливающих процедур, понятие о правильной осанке); - Оказание первой медицинской помощи при травмах.
- Понятие о тактике и тактические комбинации, характеристики игровых действий вратаря, защитников, полузащитников, нападающих, индивидуальные и групповые тактические действия;
- Правила подвижных и спортивных игр, требования к проведению спортивных эстафет.

### 2. **Общефизическая подготовка.**

*Теория:* Занятия физическими упражнениями в режиме дня. Всестороннее развитие человека. Влияние физических упражнений на развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы организма, двигательного аппарата человека.

*Практика:* Бег. Прыжки, прыжковые упражнения в движении. Общеразвивающие упражнения на месте, в движении. Упражнения с набивными мячами. Общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения). Общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону). Общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук). -Эстафеты с мячом; с предметами на развитие ловкости, быстроты, координации движения.

### 3. **Специальная подготовка**

*Теория:* Занятия физической культурой в домашних условиях. Оценка учащимися своего самочувствия и уровня физической подготовленности.

*Практика:*

- Удары по мячу ногой - внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема
- Удары по мячу в движении - по неподвижному и катящемуся мячу, после остановки мяча, ведение и рывки на короткие и длинные расстояния, удары по летящему мячу, удары на точность в ноги партнера, ворота, цель или движущемуся партнеру;
- Удары по мячу головой – серединой лба, без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему мячу, на точность партнеру и в ворота;
- Остановка мяча ногой – подошвой и внутренней стороной стопы, катящегося и опускающегося мяча, грудью, на месте и в движении;
- Ведение мяча – внешней и внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы, по прямой с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, без сопротивления защитника, ведущей и неведущей ногой;
- Обманные движения – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону;
- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде;

- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага, на точность под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру.

#### **4. Техническая подготовка**

*Теория:* Определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений.

Техника безопасности.

*Практика:*

- Стойки игрока - перемещения в стойке приставными шагами, боком и спиной вперед, ускорение, старты из различных положений;
- Техника передвижения – бег по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом в сторону с поворотами и остановками, выпадом и прыжками на две ноги, прыжки вверх с толчком двух ног, с места и толчком одной с разбегом);
- Техника игры вратаря – основная стойка вратаря, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча без падения и в падении, перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность, выбивание ногой с земли и с рук на точность; - Техника свободного нападения.

#### **5. Тактическая подготовка**

*Теория:* Просмотр соревнований профессиональных спортсменов, учебных видеофильмов. Домашние задания и их выполнение.

*Практика:*

**Тактика нападения:**

- Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);
- Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);
- Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);
- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

**Тактика защиты:**

- Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);
  - Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);
  - Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);
  - Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).
- Позиционные нападения без изменения позиций игроков;
  - Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1, с атакой и без атаки ворот.

#### **6. Игровая подготовка**

*Теория:* Определение и устранение типичных ошибок при игре. Техника безопасности.

*Практика:*

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;
- Игра и игровые задания 2:1,3:1, 3:2 и 3:3. «Регби»;
- «Квадрат»;
- «Пятнашки с ведением мяча»; - «Броуновское движение

### Оценочные и методические материалы *Формы*

*подведения итогов:*

- Медицинский контроль в начале учебного года оценивает состояние здоровья учащихся – *нулевая аттестация*
- Участие в соревнованиях различного уровня по футболу и мини футболу – *промежуточная аттестация (декабрь)*
- Система тестирования и контрольных нормативов, позволяющие оценить динамику развития физических качеств учащихся – *итоговая аттестация (апрель-май)*

## Методическое обеспечение программы

### Методическое обеспечение реализации дополнительной образовательной программы.

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Теоретическая подготовка	Традиционная, беседы, просмотр телепередач, тестирование, зачеты, беседы с родителями, общие собрания учащихся и родителей, творческие встречи.	Диалог, анализ выступлений, показ, решение проблемных ситуаций. Словесный, наглядный, практический (судейство), индивидуальный.	Использование специальной литературы, наглядных пособий по темам. Спортивный зал или кабинет с мультимедийной техникой	Опрос учащихся, судейство соревнований.

2.	Практическая подготовка	Комбинированное занятие, игра, праздник, зачет, эстафета, соревнование, репетиция.	Игры, упражнения, репродуктивный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, в парах.	Таблица оценки тестовых испытаний детей. Схемы, иллюстрации. Оборудованный спортивный зал или футбольное поле. Свисток – 1 шт. Секундомер – 1 шт. Футбольный мяч – 8 шт.	Зачет, открытое занятие для родителей, самоанализ, сдача контрольно-переводных нормативов, соревнования.
----	-------------------------	--	--	---	--

*Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:*

- тестирование (индивидуальное),
- открытые занятия,
- соревнования, спартакиады, матчи, турниры, – педагогическое наблюдение, – отзывы детей и родителей.

*Контроль* осуществляется: по двигательной активности - на основании результатов тестов.

*Способы фиксации результата:*

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.
3. Дневники достижений.

#### Карта умений и навыков учащихся объединения «Футбол»

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Основные сведения о значении и развитии физической культуры	Основные базовые действия, развивающие основные группы мышц	Навык выполнения комплекса специальных упражнений	Навыки совместного взаимодействия с партнерами по игре	Развитие посредством игры внимания, памяти, восприятия окружающего	Культура общения, ведение диалога
1.							
2.							
3.							

4.							
5.							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							

Условные обозначения: «+» умеет и делает хорошо; «\*» делает недостаточно хорошо; «-» не умеет делать.

Карта учета результатов освоения образовательной программы  
Объединение «Футбол»

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка		Учебноинтеллектуальные умения		Учебнокоммуникативные умения		У
		полугодие		полугодие		полугодие		полугодие		
		I	II	I	II	I	II	I	II	
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										
13.										
14.										
15.										

Максимальный балл от 6 до 10

Минимальный балл 1

Средний балл от 2 до 5

**Литература** для педагога:

1. Гордияш Е.Л. и др. Физическое воспитание в школе. – Волгоград, «Учитель», 2007.
2. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – М.: Физкультура и спорт, 1966.
3. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1989.
4. Куколевский Г.М. Врачебный контроль в физической культуре. – М.: Медицина, 1965
5. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М.: «Москва», 1998
6. Спортивные игры. Под ред. Воробьева Н.П. – М.: Просвещение, 1975.
7. Спортивные праздники круглый год. Методическое пособие. – Москва, Ростов-наДону, «МарТ», 2004.
8. Чусов Ю.Н. Физиология человека. – М.: Просвещение, 1981.

Для учащихся:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – М.: Физкультура и спорт, 1966.
2. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1989.
3. Хавин Б. Все об Олимпийских играх. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
4. Чусов Ю.Н. Физиология человека. – М.: Просвещение, 1981.