

Муниципальное казенное учреждение «Управление образования»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2 имени Героя Советского Союза  
старшего лейтенанта И.И. Стрельникова» Дальнереченского городского  
округа

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ «СОШ № 2  
имени Героя Советского Союза старшего  
лейтенанта И.И. Стрельникова»



Н.А. Акимова  
2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ФУТБОЛ»**

Направленность программы – физкультурно-спортивна  
Возраст обучающихся – 14-18 лет  
Срок реализации – 1 год

Автор педагог  
дополнительного  
образования  
А.А. Гетьман

г. Дальнереченск 2024 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

### Федеральные документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).
2. «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014г. №41);
3. Распоряжение 701-р «Об утверждении примерного положения об отделении дополнительного образования» от 14.03.2016г.
4. Приказ №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 09.11.2018г.
5. Распоряжение №617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию программ от 01.03.2017г.
6. Уставом ГБОУ школы №489 Московского района города Санкт-Петербурга и другими локальными актами.

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

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 – неременный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

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.

## **Актуальность программы**

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.

В формировании логического и системного мышления занятие «Футбол» способно сыграть существенную роль. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение футбольного матча, позволяет отнести футбол не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа помимо узко - специальных задач учитывает именно эти возможности обучения игре футбол.

## **Цель и задачи.**

**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.

**Условия реализации программы.**

***Занятия проводятся в групповой форме.***

***Условия набора в коллектив:*** принимаются все желающие в возрасте от 9 до 16 лет, прошедшие медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям. Программа рассчитана на 1 год обучения по 144 часов в год. Занятия 2 раза в неделю по два учебных часа.

***Условия формирования групп:*** разновозрастные;

***Формы проведения занятий:*** Уроки (лекции), как теоретическое объяснение учебного материала. Практические занятия в форме: практических занятий, игры, соревнований, турниров;

***Формы организации деятельности учащихся на занятии:***

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение учебного материала). Движения от простого к сложному выстраивают логику освоения основных тематических разделов программы. Это делает процесс обучения органичным и непринужденным;
- групповая: организация работы в группах; индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранном матче или в тренировочном процессе.
- индивидуальная: организуется для работы с детьми, с целью подготовки их участие в различных футбольных турнирах, соревнованиях.

***Материально-техническое оснащение программы:***

- 1) оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 x15 м;
- 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 3 кг и 5 кг;
- 10) скакалки;
- 11) свисток;
- 12) секундомер – 1 шт.;
- 13) кабинет с проектором и экраном с выходом в сеть Интернет.

## **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 результаты:***

#### **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.

Распределение часов на разделы и темы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения и комплексы упражнений различных разделов и тем в одном занятии.

### **Ожидаемые результаты обучения по программе**

***После обучения по программе у учащихся будут:***

сформированы умения выполнения новых видов двигательных видов деятельности в футболе, умения применять их в быстроменяющейся обстановке;

знания о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;

знания об истории и развитии физической культуры и спорта;

сформированы умения использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;

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.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН.**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	История возникновения футбола	3	3	-	Опрос
2.	Правила безопасности во время занятий иных футболистов	3	3	-	-

<b>3.</b>	Правила игры в футбол (основные понятия)	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>Опрос</b>
<b>4.</b>	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>-</b>
<b>5.</b>	Техническая подготовка	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>40</b>	<b>-</b>
<b>6.</b>	Тактическая подготовка	<b>16</b>		<b>16</b>	
<b>7.</b>	Физическая подготовка	<b>40</b>	<b>-</b>	<b>40</b>	<b>-</b>
<b>8.</b>	Подвижные игры и эстафеты	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>12</b>	<b>-</b>
<b>9.</b>	Игра в футбол малыми составами	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>14</b>	<b>-</b>
<b>10.</b>	Соревнования. Контрольные испытания	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>10</b>	<b>-</b>
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>12</b>	<b>132</b>	

## **Оценочные материалы.**

Оценочные материалы — методика, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

Для определения результативности обучения проводится мониторинг в форме соревнований и физических и технических нормативов.

Для оценки обучающихся используется бальная система.

### **Критерии оценки обучения**

#### **1. Оборудование и инвентарь**

1. 1 очко - учащийся слабо знает названия оборудования и инвентаря.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает названия оборудования и инвентаря.
3. 3 очка - учащийся твердо знает названия оборудования и инвентаря.

#### **2. Правила игры в футбол**

1. 1 очко - учащийся слабо знает правила футбола.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает правила футбола.
3. 3 очка - учащийся твердо знает правила футбола.

#### **3. Нормативы**

Бег 60 м, прыжок в длину/высоту, челночный бег, бег 1 км, бег 2 и 3 км, подтягивание, отжимания, пресс, метание, тройной прыжок.

Оценка нормативов зависит от возраста ребенка.

#### **4. Тактика**

Игра 3:3, игра 4:4

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем  $\frac{1}{2}$ , предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.
2. 2 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более  $\frac{1}{2}$ , не активно применяет их при игре.
3. 3 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более  $\frac{1}{2}$ , активно применяет их при игре.

#### **5. Техника**

Жонглирование, передачи внутренней и внешней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внешней стороной стопы

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем  $\frac{1}{2}$ , предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.
2. 2 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более  $\frac{1}{2}$ , не активно применяет их при игре.



3.3 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более ½, активно применяет их при игре.

Общая оценка:

Высокий уровень - не менее 15 очков.

Средний уровень – не менее 10 очков.

Низкий уровень – не менее 5 очков.

***Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:***

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

**Методические материалы.**

***Методические материалы для тренера-преподавателя.***

Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.

Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978.

Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.

Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.

Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979.

Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

***Методические материалы для обучающихся.***

Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).

Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.

Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978.

Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1881.

Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974.

Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.

Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.

Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006 г.