

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 516
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
Педагогический совет
Образовательного учреждения
Протокол № 7 от 24.05.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор Л.В. Смирнова
Приказ № 84-у от 27.05.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«АЗБУКА ФУТБОЛА»

Срок реализации: 2 года
Возраст обучающихся: 7-14 лет

Разработчик: Кунцевич Оксана Иосифовна
Педагог дополнительного образования

2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Нормативно-правовые основания для проектирования дополнительной общеразвивающей программы «Азбука футбола»	2
Пояснительная записка	
Учебно-тематический план 1 года обучения	
Учебно-тематический план 2 года обучения	
Календарный учебный график реализации дополнительной общеразвивающей программы «Азбука футбола»	
Рабочая программа к дополнительной общеразвивающей программе «Азбука футбола»	
Календарно-тематический план 1 год обучения	
Календарно-тематический план 2 год обучения	
Методические и оценочные материалы	
Информационные источники	

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука футбола» (далее - программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Адресат программы. Программа рассчитана для детей от 7 до 14 лет.

Актуальность программы. Технические приемы, тактические действия и собственно сама игра в футбол включают в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. В процессе тренировок у обучающихся формируется потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом.

Отличительные особенности данной программы.

Важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностно-ориентированный и компетентностный подход. Предлагаемая программа предполагает ознакомление воспитанников с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуально-групповыми, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих различные виды подготовки учащихся: физическую (общую и специальную), технико-тактическую.

Разделы

содержат материалы, реализация которых формирует у учащихся общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества, формирует и развивает жизненно-важные двигательные навыки и умения. Специальные упражнения позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Отличительные особенности программы состоят в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивирование уникальности личности учащихся, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством спортивной деятельности по интересам.

Программа реализуется с учетом возрастных особенностей детей, физического развития и функциональных возможностей детского организма

Уровень освоения: базовый

Объем ДОП: 144 часа.

Срок освоения: 2 года

Цель программы: Реализация личностного потенциала, оздоровление и физическое развитие ребенка через приобщение его к футболу.

Задачи:

Обучающие:

- получить практические навыки и теоретические знания в области футбола и его истории;
- углубить знания, умения и навыки о физическом развитии человека;
- обучить основам спортивной техники и тактики игры в футбол;
- приобрести навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в футбол;
- получить начальные знания по судейству.

Развивающие:

- развить физические способности детей;
- развить сознательное отношение, устойчивый интерес к занятиям футболом;
- развить волевые качества;

- развить способности учеников к анализу ситуаций жизнедеятельности, которые наиболее часто встречаются в спортивной командной деятельности;
- развить социальную активность и ответственности..

Воспитательные:

- воспитать стойкое положительное отношение к физической культуре в целом;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- сформировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи.

Планируемые результаты:

Предметные:

- получают практические навыки и теоретические знания в области футбола и его истории;
- углубят знания, умения и навыки о физическом развитии человека;
- обучатся основам спортивной техники и тактики игры в футбол;
- приобретут навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в футбол;
- получают начальные знания по судейству.

Личностные:

- будет воспитано стойкое положительное отношение к физической культуре в целом;
- будет воспитано привычки к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- будет сформирован дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи.

Метапредметные:

- будут развиты физические способности детей;
- будут развиты сознательное отношение, устойчивый интерес к занятиям футболом;
- будут развиты волевые качества;
- будут развиты способности учеников к анализу ситуаций жизнедеятельности, которые наиболее часто встречаются в спортивной командной деятельности;
- будут развиты социальной активности и ответственности.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Язык реализации – русский.

Форма обучения - очная.

Срок реализации программы 2 года, с 144 количеством образовательных часов необходимых для освоения. Набор детей для обучения по программе дополнительного образования: «Азбука футбола», осуществляется согласно заявления родителей, с учетом состояния здоровья ребёнка. Формирование группы осуществляется в начале учебного года.

34
образовательная деятельность осуществляется с детьми 5-7 лет, имеющими желание заниматься в кружке. Количественный состав группы -10-15 человек.

Программа составлена в соответствии с возрастными особенностями дошкольников и рассчитана на проведение 2 академических часа в неделю. Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся, допустимой нагрузки в соответствии с санитарными нормами и правилами.

Условия набора в коллектив и формирования групп. Принимаются все желающие при наличии справки об отсутствии медицинских противопоказаний занятиям

физической культуры и спортом. Занятия проводятся в группах, подгруппах и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Количество учащихся в группе: 1 год - 15 человек, 2 год – 12 человек.

Формы организации занятия. В данной программе используется индивидуальная, групповая и фронтальная формы работы. Предусматривается только аудиторные занятия.

Особенности организации образовательного процесса.

Данная программа предусматривает проведение занятий в традиционной форме, но используя игровые методики, развивающие. Ребенок получает всестороннее развитие,

вовлекается с первого занятия в познавательную и творческую деятельность. При организации образовательного процесса и отборе содержания программного материала

акцентируется внимание на здоровье-сберегающих технологиях. Систематически в начале

занятия проводится разминка для разогрева мышц.

Формы проведения занятий. Беседа, тренировка, контрольное испытание, товарищеская встреча.

Формы организации деятельности учащихся на занятии. Предусматриваются фронтальная и индивидуальная формы.

Материально-техническое обеспечение программы.

- спортивный школьный зал;
- Мультимедийное оборудование (компьютер, проектор, экран);
- Ворота;
- Мячи футбольные;
- Канат;
- Гантели;
- Утяжелители;
- Тренажеры;
- Набивные мячи;
- Жгуты;
- Планшет.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	План календарно-тематический	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Итого	
1.	Вводное занятие. ТБ	2	0	2	Фронтальный опрос
2.	Знакомство с футболом	2	0	2	Педагогическое наблюдение
3.	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1	1	2	Педагогическое наблюдение
4.	Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	0	2	2	Педагогическое наблюдение
5.	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
6.	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	0	2	2	Педагогическое наблюдение
7.	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
8.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
9.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
10.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
11.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
12.	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
13.	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
14.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
15.	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
16.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
17.	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
18.	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
19.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	0	2	2	Педагогическое наблюдение

20.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	1	2	Педагогическое наблюдение
21.	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
22.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
23.	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
24.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
25.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
26.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
27.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
28.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1	1	2	Педагогическое наблюдение
29.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
30.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
31.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
32.	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
33.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
34.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход. Отбор мяча толком плеча в плечо.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
35.	Двусторонняя учебная игра	0	2	2	Педагогическое наблюдение
36.	Итоговое занятие	0	2	2	Демонстрационная игра
Итого		7	65	72	

Учебно-тематический план 2 года обучения

№	План календарно-тематический	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Итого	
1.	Вводное занятие. ТБ	2	0	2	Фронтальный опрос
2.	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	2	0	2	Педагогическое наблюдение
3.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	1	2	Педагогическое наблюдение
4.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
5.	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
6.	Ввод мяча вратаря ударом ног. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
7.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	0	2	2	Педагогическое наблюдение
8.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
9.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
10.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
11.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
12.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
13.	Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
14.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
15.	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра	0	2	2	Педагогическое наблюдение
16.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
17.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
18.	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
19.	Ввод мяча вратаря ударом ног. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение

20.	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1	1	2	Педагогическое наблюдение
21.	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
22.	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
23.	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
24.	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
25.	Игра на опережение, старты из различных положений.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
26.	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
27.	Прием мяча различными частями тела.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
28.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	1	1	2	Педагогическое наблюдение
29.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
30.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
31.	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
32.	Старты из различных положений, двусторонняя игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
33.	Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
34.	Неделя ОДОД. Двусторонняя учебная игра. Сдача контрольных нормативов.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
35.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	Педагогическое наблюдение
36.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	0	2	2	Демонстрационная игра
Итого		7	65	72	

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 516
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

УТВЕРЖДЕН

Директор

Л.В. Смирнова

Приказ № 84-у от 27.05.2024 г.

**Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Азбука футбола»**

Педагог: Кунцевич Оксана Иосифовна

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2024	25.05.2025	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа
2 год	01.09.2024	25.05.2025	36	36	72	1 раз в неделю по 2 часа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «Азбука футбола» 1 года обучения

Задачи:

Обучающие:

- получить практические навыки и теоретические знания в области футбола и его истории;
- углубить знания, умения и навыки о физическом развитии человека;
- обучить основам спортивной техники и тактики игры в футбол;
- приобрести навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в футбол;
- получить начальные знания по судейству.

Развивающие:

- развить физические способности детей;
- развить сознательное отношение, устойчивый интерес к занятиям футболом;
- развить волевые качества;
- развить способности учеников к анализу ситуаций жизнедеятельности, которые наиболее часто встречаются в спортивной командной деятельности;
- развить социальной активности и ответственности..

Воспитательные:

- воспитать стойкое положительное отношение к физической культуре в целом;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- сформировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи.

Планируемые результаты:

Предметные:

- получают практические навыки и теоретические знания в области футбола и его истории;
- углубят знания, умения и навыки о физическом развитии человека;
- обучатся основам спортивной техники и тактики игры в футбол;
- приобретут навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в футбол;
- получают начальные знания по судейству.

Личностные:

- будет воспитано стойкое положительное отношение к физической культуре в целом;
- будет воспитано привычки к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- будет сформирован дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи.

Метапредметные:

- будут развиты физические способности детей;
- будут развиты сознательное отношение, устойчивый интерес к занятиям футболом;
- будут развиты волевые качества;
- будут развиты способности учеников к анализу ситуаций жизнедеятельности, которые наиболее часто встречаются в спортивной командной деятельности;
- будут развиты социальной активности и ответственности.

Содержание 1 года обучения

Физическая культура и спорт в России.

Теория: Важнейшие решения Российского правительства по вопросам развития физической культуры и спорта. Массовый характер Российского спорта. Рост спортивных достижений Российских спортсменов. Значение выступлений Российских спортсменов за рубежом для укрепления мира и дружбы между народами. Единая спортивная классификация и её значение для развития спорта в России.

Развитие футбола в России. Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.

Общая и специальная физическая подготовка.

Теория. Перечень общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов для самостоятельного их выполнения на развитие координации, ловкости, силы мышц ног, рук, спины, брюшного пресса.

Практика. без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

Упражнения с набивным мячом (2 – 3 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с прыжка. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Кувырок вперёд из стойки на голове. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Легкоатлетические упражнения. Бег 60 м. на скорость. Повторный бег до 5 x 60 м., до 3 x 100 м. Бег медленный до 25 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 2000 м. Бег 400 и 500 м.

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метание малого и утяжеленного мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега. Толкание набивного мяча (1 – 2 кг.), ядра (3 кг.) с места, стоя боком к направлению метания.

Кроссовая подготовка; Бег по пересечённой местности, интервальный бег, бег от 5 до 20 минут.

Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.

Техника игры в футбол.

Теория. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом – рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Характеристика техники сильнейших футболистов. Уровень технической подготовки необходимый для игры в профессиональных и любительских соревнованиях

Практика.

Удары по мячу ногами. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.

Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом налево и направо. Остановка грудью летящего мяча с поворотом в сторону. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения (финты). При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд. При ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения параллельного расположения ступней ног. Вбрасывание на точность и дальность.

Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой с боковым запахом и снизу.

Броски рукой, выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тактическая подготовка

Теория. Анализ тактических действий сильнейших футбольных команд. Уровень тактической подготовки необходимый для игры в профессиональных и любительских соревнованиях

Практика. Групповые действия в атаке. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

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

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Правила игры

Практика. Правила игры в футбол: перерывы, замена игроков, обязанности игроков, тренеров и судей. Организация игры и судейства.

Итоговое занятие. Подведение итогов (выполнение тестов, разбор итогов зачета)

Практика. Подведение итогов за год. Награждение. Задание на лето.

Календарно-тематический план 1 года обучения

№	План календарно-тематический	Количество часов			Дата проведения	
		Теория	Практика	Итого	План	Факт
1.	Вводное занятие. ТБ	2	0	2	02.09	
2.	Знакомство с футболом	2	0	2	09.09	
3.	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1	1	2	16.09.	
4.	Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	0	2	2	23.09	
5.	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	0	2	2	30.09	
6.	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	0	2	2	07.10	
7.	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	0	2	2	14.10	
8.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	0	2	2	21.10	
9.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	28.10	
10.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	04.11	
11.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	0	2	2	11.11	
12.	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	0	2	2	18.11	
13.	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	0	2	2	25.11	
14.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	02.12	
15.	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	0	2	2	09.12	
16.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	0	2	2	16.12	
17.	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	0	2	2	23.12	
18.	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	0	2	2	30..12	
19.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	0	2	2	06.01	
20.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	1	2	13.01	

21.	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	0	2	2	20.01	
22.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	0	2	2	27.01	
23.	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	03.02	
24.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	0	2	2	10.02	
25.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	0	2	2	17.02	
26.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	03.03	
27.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	17.03	
28.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1	1	2	24.03	
29.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	0	2	2	31.03	
30.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	07.04	
31.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	14.04	
32.	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	0	2	2	21.04	
33.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	0	2	2	28.04	
34.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.Отбор мяча толком плеча в плечо.	0	2	2	05.05	
35.	Двусторонняя учебная игра	0	2	2	12.05	
36.	Итоговое занятие	0	2	2	19.05	
Итого		7	65	72		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «Азбука футбола» 2 года обучения

Задачи:

Обучающие:

- получить практические навыки и теоретические знания в области футбола и его истории;
- углубить знания, умения и навыки о физическом развитии человека;
- обучить основам спортивной техники и тактики игры в футбол;
- приобрести навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в футбол;
- получить начальные знания по судейству.

Развивающие:

- развить физические способности детей;
- развить сознательное отношение, устойчивый интерес к занятиям футболом;
- развить волевые качества;
- развить способности учеников к анализу ситуаций жизнедеятельности, которые наиболее часто встречаются в спортивной командной деятельности;
- развить социальной активности и ответственности..

Воспитательные:

- воспитать стойкое положительное отношение к физической культуре в целом;
- воспитать привычки к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- сформировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи.

Планируемые результаты:

Предметные:

- получают практические навыки и теоретические знания в области футбола и его истории;
- углубят знания, умения и навыки о физическом развитии человека;
- обучатся основам спортивной техники и тактики игры в футбол;
- приобретут навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами игры в футбол;
- получают начальные знания по судейству.

Личностные:

- будет воспитано стойкое положительное отношение к физической культуре в целом;
- будет воспитано привычки к самостоятельным занятиям спортом в свободное время;
- будет сформирован дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи.

Метапредметные:

- будут развиты физические способности детей;
- будут развиты сознательное отношение, устойчивый интерес к занятиям футболом;
- будут развиты волевые качества;
- будут развиты способности учеников к анализу ситуаций жизнедеятельности, которые наиболее часто встречаются в спортивной командной деятельности;
- будут развиты социальной активности и ответственности.

Содержание 2 года обучения

Физическая культура и спорт в России.

Теория: Важнейшие решения Российского правительства по вопросам развития физической культуры и спорта. Массовый характер Российского спорта. Рост спортивных достижений Российских спортсменов. Значение выступлений Российских спортсменов за рубежом для укрепления мира и дружбы между народами. Единая спортивная классификация и её значение для развития спорта в России.

Развитие футбола в России. Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.

Общая и специальная физическая подготовка.

Теория. Перечень общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов для самостоятельного их выполнения на развитие координации, ловкости, силы мышц ног, рук, спины, брюшного пресса.

Практика. без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

Упражнения с набивным мячом (2 – 3 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с прыжка. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Кувырок вперёд из стойки на голове. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Легкоатлетические упражнения. Бег 60 м. на скорость. Повторный бег до 5 x 60 м., до 3 x 100 м. Бег медленный до 25 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 2000 м. Бег 400 и 500 м.

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метание малого и утяжеленного мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега. Толкание набивного мяча (1 – 2 кг.), ядра (3 кг.) с места, стоя боком к направлению метания.

Кроссовая подготовка; Бег по пересечённой местности, интервальный бег, бег от 5 до 20 минут.

Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.

Техника игры в футбол.

Теория. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом – рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Характеристика техники сильнейших футболистов. Уровень технической подготовки необходимый для игры в профессиональных и любительских соревнованиях

Практика.

Удары по мячу ногами. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.

Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом налево и направо. Остановка грудью летящего мяча с поворотом в сторону. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения (финты). При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд. При ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения параллельного расположения ступней ног. Вбрасывание на точность и дальность.

Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой с боковым запахом и снизу.

Броски рукой, выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тактическая подготовка

Теория. Анализ тактических действий сильнейших футбольных команд. Уровень тактической подготовки необходимый для игры в профессиональных и любительских соревнованиях

Практика. Групповые действия в атаке. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

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

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Правила игры

Практика. Правила игры в футбол: перерывы, замена игроков, обязанности игроков, тренеров и судей. Организация игры и судейства.

Итоговое занятие. Подведение итогов (выполнение тестов, разбор итогов зачета.)

Практика. Подведение итогов за год. Награждение. Задание на лето.

Календарно-тематическое планирование 2 года обучения

№	План календарно-тематический	Количество часов			Дата проведения	
		Теория	Практика	Итого	План	Факт
1.	Вводное занятие. ТБ	2	0	2	04.09	
2.	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	2	0	2	11.09	
3.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1	1	2	18.09	
4.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	0	2	2	25.09	
5.	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	0	2	2	02.10	
6.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	09.10	
7.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	0	2	2	16.10	
8.	Отработка паса щечкой в парах.	0	2	2	23.10	
9.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	0	2	2	30.10	
10.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	0	2	2	06.11	
11.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	13.11	
12.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	20.11	
13.	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	0	2	2	27.11	
14.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	0	2	2	04.12	
15.	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра	0	2	2	11.12	
16.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	0	2	2	18.12	
17.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	0	2	2	25.12	
18.	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	0	2	2	15.01	
19.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	22.01	
20.	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1	1	2	29.01	
21.	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по	0	2	2	05.02	

	катыщему мячу.					
22.	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	0	2	2	12.02	
23.	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	0	2	2	19.02	
24.	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	0	2	2	26.02	
25.	Игра на опережение, старты из различных положений.	0	2	2	05.03	
26.	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	0	2	2	12.03	
27.	Прием мяча различными частями тела.	0	2	2	19.03	
28.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	1	1	2	26.03	
29.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	02.04	
30.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	0	2	2	09.04	
31.	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	0	2	2	16.04	
32.	Старты из различных положений, двусторонняя игра.	0	2	2	23.04	
33.	Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.	0	2	2	30.04	
34.	Неделя ОДОД. Двусторонняя учебная игра. Сдача контрольных нормативов.	0	2	2	07.05	
35.	Двусторонняя учебная игра.	0	2	2	14.05	
36.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	0	2	2	21.05	
Итого		7	65	72		

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Используемые формы, методы, технологии обучения:

№	Раздел программы	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие	Лекция, практическое занятие	Лекция, практическая работа	Тематические текстовые подборки, демонстрация программы по теме с помощью проектора	Практическая работа
2					
3					

Исправьте по форме

№	Тема	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение
1	Вводное занятие	Лекции, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. групповой,	Инструкции по технике безопасности		ПК, экран, проектор
2	Общая физическая подготовка	Лекции, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Фронтальный, круговой, повторный, попеременный, дифференцированный, игровой методы.	Нормативы, комплексы упражнений, презентации,	Контрольные тесты и упражнения	Спортивный зал, инвентарь: мячи, футбольные ворота, канат, гантели, утяжелители, жгуты, тренажеры, растяжки. ПК, экран, проектор
3	Специальная физическая подготовка	Лекции, демонстрация, техническое действие, практическое занятие	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный методы. Идеомоторный метод. Метод расчленённого разучивания.	Нормативы, комплексы упражнений, презентации, подвижные игры с элементами волейбола.	Контрольные тесты и упражнения, товарищеские встречи,	Спортивный зал, инвентарь: мячи, футбольные ворота, канат, гантели, утяжелители

			Метод целостного упражнения. Метод подводящих упражнений. <u>показ видео материала</u>			ли, жгуты, тренажеры, растяжки. ПК, экран, проектор
4	Техническая подготовка	Лекция, беседа, практическое занятие	Групповой, повторный, игровой, соревновательный, просмотр видео материала и последующее обсуждение, <u>показ видео материала</u>	Нормативы, комплексы упражнений, презентации, подвижные игры с элементами волейбола.	Контрольные тесты, игры с заданиями.	Спортивный зал, инвентарь: мячи футбольные ворота, канат, гантели, утяжелители, жгуты, тренажеры, растяжки. ПК, экран, проектор
5	Тактическая подготовка	Лекция, беседа, просмотр соревнований практическое занятие	Групповой, повторный, игровой рассказ, просмотр аудио и видео материалов	Нормативы, комплексы упражнений, презентации, подвижные игры с элементами волейбола.	Наблюдение за игроками в товарищеских играх	Спортивный зал, инвентарь: мячи футбольные ворота, канат, гантели, утяжелители, жгуты, тренажеры, растяжки, планшет. ПК, экран, проектор
6	Правила игры	Лекции, практическое занятие	Рассказ, просмотр аудио и видео материалов	Правила игры. Тестовые вопросы.	Опрос учащихся	ПК, экран, проектор
7	Итоговое занятие	Лекция, беседа,	Словесный метод, метод показа.		Результаты тестов за год и участия в товарищеских играх.	ПК, экран, проектор

Учебно-методический комплекс: см. шаблон программы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговое оценивание.

Входной контроль: проверка физического состояния, умений, знаний и навыков игры баскетбол.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение; оценивание навыков игры.

Промежуточный контроль: после окончания первого и второго года обучения с целью проверки уровня освоения программы - проведение игры;

Итоговый контроль: итоговое занятие по результатам освоения всей программы идет в конце каждого года обучения, соревнования, внутри школьные игры

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список литературы: (оформить по ГОСТ см шаблон программы)

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 1986. – 144 с.
2. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ. М., 1981.
3. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие. – М.: Физическая культура. 2007. – 112 с.
4. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. М., 1982.
5. Чанади А. Футбол. Техника. М., 1978.
6. Начальное обучение мини-футболу. Специализированные тренировочные программы : методические указания для специализации «Футбол» / сост.: Д. С. Николаев, В. А. Шальнов. – Ульяновск: УлГТУ, 2008. – 41 с
7. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I, II, III, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек., 2008 г.
8. Новая школа футбольной тренерской «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плоп
9. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2007г.
10. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г
11. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г
12. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.
13. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.
14. Убойный футбол и другие игры для детей. Е.В. Панталева «Феникс», 2008г.
15. Физиология футбола. Орджаникидзе З.Г. «Человек», 2008г.

Интернет-источники:

