

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Калининская Средняя общеобразовательная школа»  
имени Героя Советского Союза Юрия Николаевича Малахова

ПРИНЯТА на заседании педагогического совета  
Приказ №152  
от «02» июня 2023 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Футбол»**

Возраст обучающихся: 10–16 лет  
Срок реализации: 9 месяцев

Автор составитель:  
Рожков Сергей Николаевич

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей в центре внимания находится дополнительная общеобразовательная программа.

Сегодня программа дополнительного образования – это документ эффективного экономического управления образовательным процессом, основанный на персонализации финансирования, «обеспечивающий поддержку мотивации, свободу выбора и построения образовательной траектории участников дополнительного образования». Эти тенденции отражены в «Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе в области физической культуры и спорта «Футбол» (стартовый уровень) (далее – Программа), предназначенной для знакомства детей с игровым видом спорта - футболом, самоопределением в этом виде спорта, творческой самореализацией личности ребенка, укреплением психического и физического здоровья детей на спортивно - оздоровительном этапе (СОЭ).

Футбол – командно-игровой вид спорта, который является наиболее комплексным и универсальным средством развития. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно он оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников. Футбол является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников. Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества. Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т. д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Круглогодичные занятия футболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, достижению творческого долголетия. Соревновательный характер, высокая эмоциональность, самостоятельность действий делают футбол эффективным средством активного отдыха.

Систематические занятия футболом способствуют физическому развитию и укреплению здоровья. У футболистов отмечается правильное телосложение и высокие показатели физического развития: выше среднего рост, соответствующее его величине вес, жизненная емкость легких и окружность груди, высокая амплитуда грудной клетки, становая сила, хорошо развитая мускулатура, особенно нижних конечностей (развитие мышц плечевого пояса и верхних конечностей сравнительно отстает). Наравне с разносторонним воздействием на физическое развитие футбол способствует воспитанию волевых качеств, инициативы, умение быстро ориентироваться в обстановке, чувство коллективизма и др. Это делает футбол ценным средством воспитания молодежи. Благодаря разнообразной двигательной деятельности, широким координационным и атлетическим возможностям занимающиеся футболом быстрее и успешнее осваивают жизненно важные двигательные умения и навыки, в том числе и трудовые. 7 Футбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Бескомпромиссное и честное единоборство, высокое исполнительское мастерство, физическое совершенство вызывают не только глубокое удовлетворение, наслаждение, радость у миллионов болельщиков, но также заинтересованное отношение, которое приводит их на футбольные поля, спортивные площадки и в залы

### **Ведущие теоретические идеи, на которых базируется программа**

*Ведущие теоретические идеи* - комплексное и разностороннее воздействие на организм обучающихся, развитие основных физических качеств - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышение функциональных возможностей, формирование различных двигательных навыков, развитие лидерских качеств, формирование у обучающихся 3 навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

### **Ключевые понятия**

*Футбол* – командно-игровой вид спорта, который является наиболее комплексным и универсальным средством развития.

*Мини футбол* - командный вид спорта, одна из разновидностей футбола.

*Челночный бег* — это бег на короткое расстояние с постоянной сменой направления между двумя точками.

*Футболист* – спортсмен, систематически занимающийся футболом, воспитывающий волевые качества и совершенствующий свое техническое мастерство, активно выступающий в спортивных соревнованиях по футболу.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Уровень освоения программы**

Уровень освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы "Футбол" - стартовый.

**Актуальность программы** заключается в том, что данная программа направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности. Актуальность программы базируется так же на анализе детского и родительского спроса и потенциале образовательного учреждения.

**Педагогическая целесообразность** - отвечает требованиям Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, а именно:

- ✓ дополнительные общеобразовательные программы должны быть вариативными, что связано с обеспечением разнообразия дополнительного образования исходя из запросов, интересов и жизненного самоопределения детей;
- ✓ качественного дополнительного образования для разных социальных групп, включая детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, вне зависимости от территории их проживания должно быть доступным;
- ✓ в рамках реализации дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта необходимо создать условия для вовлечения детей, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, в мероприятия, содержащие элементы различных видов спорта, развивать командные и индивидуальные виды деятельности, способствующие физическому, духовному, интеллектуальному, здоровьесберегающему воспитанию детей.

Учитывая специфику дополнительного образования, Программа позволяет охватывать значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя при этом посильные требования в процессе обучения. В группу принимаются обучающиеся разного возраста и пола, которые являются основным составом при обучении.

**Практическая значимость образовательной программы** - заключается в увеличении числа детей, регулярно занимающихся физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья, пропаганды здорового образа жизни и такого вида спорта как «Футбол».

### **Принципы отбора содержания образовательной программы**

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- ✓ принцип единства развития, обучения и воспитания;
- ✓ принцип систематичности и последовательности;
- ✓ принцип доступности;
- ✓ принцип наглядности;
- ✓ принцип взаимодействия и сотрудничества;
- ✓ принцип комплексного подхода.

Образовательная программа разработана с учётом особенностей детей, доступностью теоретического и практического материала, небольших материальных затрат, зримых результатов работы, а также с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются:

- ✓ в принципах обучения (индивидуальность, доступность, преемственность, результативность);
- ✓ в формах и методах обучения (дифференцированное обучение, конкурсы, экскурсии);
- ✓ в методах контроля и управления образовательным процессом (тестирование, анализ результатов конкурса и т. д.);
- ✓ в средствах обучения.

**Отличительные особенности программы** - организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебным планом программы. Обучающиеся сформированы в одну разновозрастную группу 10–16 лет, являющиеся постоянным составом на протяжении обучения.

Состав группы постоянный. В группу принимаются дети без предварительной подготовки и наличия способностей. Максимальное количество обучающихся – 20 человек.

**Цель образовательной программы:** создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям футболом, формирование навыков здорового образа жизни, приобщение к регулярным занятиям спортом.

**Задачи:**

*Образовательные:*

- ✓ ознакомление с видом спорта футбол, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- ✓ углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые во время тренировочного процесса.

*Развивающие:*

- ✓ укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- ✓ способствовать разностороннему физическому развитию, укреплять здоровье, закаливать организм;
- ✓ целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка;
- ✓ расширять спортивный кругозор.

#### *Личностные:*

- ✓ формирование нравственных качеств личности ученика, эмоционально эстетического восприятия окружающего мира;
- ✓ формирование внимания, аккуратности, целеустремленности;
- ✓ формирование этических норм в межличностном общении;
- ✓ воспитывать умение работать в группе;
- ✓ самостоятельно оценивать и анализировать свою деятельность и деятельность других детей;
- ✓ воспитывать положительное отношение к сверстникам и взрослым.

#### *Воспитательные:*

- ✓ формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- ✓ прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- ✓ пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи обучающихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 10–16 лет.

Набор детей в объединение - свободный.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Группы формируются из числа учащихся МОУ «Калининская СОШ» им. Ю. Н. Малахова.

Состав группы - от 10 до 20 человек.

Набор детей в объединение — свободный, по заявлению родителей (законных представителей) и при наличии сертификата ПФДО. Для допуска к занятиям требуется медицинская справка о состоянии здоровья.

**Форма обучения по образовательной программе** - очная.

#### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов в год — 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах - 40–45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

#### **Объем и срок освоения программы**

Срок освоения программы - 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

#### **Основные формы и методы**

**Форма обучения** учащихся - очная.

Исходя из целей и задач раздела учебного плана, занятия проводятся как всей группой, так и по подгруппам и индивидуально, с применением выполнения самостоятельной работы учащимися (поиск информации в интернете, оформление материалов, возможна работа на дому, в библиотеке, встреча с интересными людьми, выполнение заданий).

Для реализации программы применяются следующие методы и формы

занятий:

- ✓ традиционное занятие; занятие на природе;
- ✓ комбинированное занятие; практическое занятие;
- ✓ исследовательская работа;
- ✓ участие в акции; познавательные игры, конкурсы, турниры и др.; консультация и др.

#### **Планируемые результаты:**

##### **Личностные:**

- ✓ воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития футбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни;
- ✓ формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;
- ✓ формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в 5 команде, со сверстниками и педагогами;
- ✓ владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- ✓ формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; положительных качеств личности; моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;
- ✓ формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- ✓ усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях

##### **Метапредметные:**

- ✓ умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;
- ✓ умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;
- ✓ умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- ✓ владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- ✓ умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот;
- ✓ схемы для тактических, игровых задач;
- ✓ умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- ✓ работать индивидуально и в группах;
- ✓ находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов;
- ✓ формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение; формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикет.

### **Предметные**

- ✓ знания о влиянии занятий футболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств;
- ✓ знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола; понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации б футбола для школьников;
- ✓ участие в физкультурно-соревновательной деятельности;
- ✓ характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола; понимание основных направлений развития спортивного (футбольного) маркетинга, развитие интереса в области спортивного футбольного маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению; знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу; правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады; осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря; применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;
- ✓ умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;
- ✓ умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;
- ✓ освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных



движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности; знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций;

- ✓ применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности;
- ✓ проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола.

#### **Механизм оценивания образовательных результатов:**

Оценка качества реализации программы включает в себя вводный, формирующий и итоговый контроль.

*Входной контроль* - оценка стартового уровня образовательных возможностей обучающихся при поступлении в объединение через собеседование и анкетирование. *Проводится в сентябре.*

*Текущий контроль* - оценка уровня и качества освоения тем программы. Основным способ контроля - педагогическое наблюдение, в том числе за работой детей в лаборатории, опрос, анализ детских работ (рисунки, поделки); анализ участия научно-практической конференции; городских конкурсах. Осуществляется на занятиях *в течение всего учебного года.*

*Промежуточный контроль* - оценка уровня и качества освоения обучающимися программы по окончании первого полугодия через коллективный анализ каждой выполненной работы и самоанализ; тестирование, диагностические игры, викторины (проверяется уровень освоения программы, соответствие ожидаемых результатов полученным результатам). *Проводится в декабре.*

*Итоговый контроль* - оценка уровня и качества освоения обучающимися программы по завершении года через тестирование, наблюдение за практической деятельностью детей - *Проводится в мае.*

#### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

- ✓ опрос, итоговое занятие, самостоятельная работа
- ✓ презентация творческих работ, коллективный анализ работ
- ✓ выступления детей с информацией по теме, театральные показы
- ✓ выставка, конкурс, соревнование, самоанализ

#### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления. Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- ✓ учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- ✓ вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья)

обучающихся);

- ✓ формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни;
- ✓ дифференциация и индивидуализация обучения;
- ✓ мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;
- ✓ формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

**Материально-технические условия реализации образовательной программы:**

Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:

**Д** — демонстрационный экземпляр (1экз., кроме специально оговоренных случаев);

**К**— комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости группы);

**Г** — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько занимающихся.

<b>№ п/п</b>	<b>Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование</b>	
1	Щит баскетбольный тренировочный	Г
2	Стенка гимнастическая	Г
3	Скамейки гимнастические	Г
4	Перекладина гимнастическая пристенная	Д
5	Канат для лазания	Д
6	Обручи гимнастические	Г
7	Комплект матов гимнастических	Г
8	Аптечка медицинская	Д
9	Стол для настольного тенниса	Д
10	Комплект для настольного тенниса	Г
11	Мячи футбольные	Г
12	Мячи баскетбольные	Г
13	Мячи волейбольные	Г
14	Сетка волейбольная	Д
<b>Спортивные залы (кабинеты)</b>		
15	Спортивный зал игровой (гимнастический)	
16	Кабинет учителя	
17	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	
<b>Пришкольный стадион (площадка)</b>		
18	Легкоатлетическая дорожка	Д
19	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, имеет высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное

образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Школа предоставляет учащимся возможность оперативного обмена информацией с отечественными образовательными организациями, учреждениями и организациями культуры, а также доступ к современным профессиональным базам данных и информационным ресурсам сети Интернет

### **Оценочные и методические материалы**

В течение учебного года преподаватель организует и проводит контроль знаний, умений и навыков обучающихся. Текущий контроль осуществляется в форме соревнований, выполнения упражнений, тестирования, срезах, наблюдений.

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в реализации программы. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Ожидаемые результаты реализации программы соответствуют поставленным перед уровнем программы задачами.

Аттестация позволяет определить, достигнуты ли обучающимися планируемые результаты, освоена ли ими программа. Аттестация проводится как завершающая этап реализации каждого модуля программы.

Оценка образовательных результатов обучающихся носить вариативный характер. Инструменты оценки достижений детей и подростков способствуют росту их самооценки и познавательных интересов, а также диагностируют мотивацию достижений личности.

Аттестация позволяет определить уровень знаний, умений и навыков, компетенций в сравнении с входной диагностикой.

Проведение аттестации осуществляется в форме тестирования, бесед, соревнований, мониторинга.

### **Методическое обеспечение**

Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:

**Д** — демонстрационный экземпляр (1экз., кроме специально оговоренных случаев);

**К** — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости группы);

**Г** — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько занимающихся.

1	<b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>	
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д
1.2	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль)	Д
1.3	Авторские рабочие программы по физической культуре, баскетболу	Д
1.4	Учебник по физической культуре, футболу	Г

1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д
1.6	Методические издания по футболу, физической культуре для учителей, педагогических работников	Д
<b>2</b>	<b>Демонстрационные печатные пособия</b>	
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д
2.2	Плакаты методические	Д
<b>3</b>	<b>Экранно-звуковые пособия</b>	
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «футбол»	Д

## Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>Раздел 1. Способы физкультурной деятельности (32 ч)</b>					
1	Техника безопасности Входное тестирование.	1	0,5	0,5	текущий контроль
2	Техника передвижения.	1	0,5	0,5	текущий контроль
3	Ведение мяча: ведение внутренней частью подъема	1	0,5	0,5	текущий контроль
4	Ведение мяча: ведение внешней частью подъема.	1	0,5	0,5	текущий контроль
5	Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча.	1	0,5	0,5	текущий контроль
6	Ведение мяча: ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу	1	0,5	0,5	текущий контроль
7	Ведение мяча: ведение меня направление движения, между стоек и движущихся партнеров	1	0,5	0,5	текущий контроль
8	Ведение мяча: ведение изменяя скорость. выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом	1	0,5	0,5	текущий контроль
9	Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом.	1	0,5	0,5	текущий контроль

10	Возникновение и развитие футбола	1	0,5	0,5	текущий контроль
11	Удары по мячу ногами: удары внутренней стороной стопы.	1	0,5	0,5	текущий контроль
12	Учебная игра по упрощенным правилам двумя ногами (стопами)	1	0,5	0,5	текущий контроль
13	Остановка мяча: остановка на месте, в движении вперед и назад.	1	0,5	0,5	текущий контроль
14	Жонглирование мячом: двумя ногами (бедрями)	1	0,5	0,5	текущий контроль
15	Промежуточная аттестация	1	0,5	0,5	итоговый контроль
16	Промежуточная аттестация	1	0,5	0,5	итоговый контроль
17	Тактика нападения: выбор позиции	1	0,5		текущий контроль
18	Учебная игра по упрощенным правилам	1	0,5	0,5	текущий контроль
19	Остановка мяча: остановка бедром и	1	0,5	0,5	текущий контроль
20	Удары после приема мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча	1	0,5	0,5	текущий контроль
21	Удары по неподвижному мячу: после имитации сопротивления партнера	1	0,5	0,5	текущий контроль
22	Тактика нападения: групповые действия	1	0,5	0,5	текущий контроль
23	Удары по неподвижному мячу: после реального сопротивления партнера	1	0,5	0,5	текущий контроль
24	Удары по движущемуся мячу: обводка	1	0,5	0,5	текущий контроль
25	Тактика вратаря.	1	0,5	0,5	текущий контроль
26	Удары после приема мяча: после игры в стенку (короткую и длинную).	1	0,5	0,5	текущий контроль
27	Остановка мяча: остановка с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.	1	0,5	0,5	текущий контроль
28	Техника передвижений в игре.	2	0,5	0,5	текущий контроль
29	Тактика защиты: индивидуальные действия – выбор позиции	1	0,5	0,5	текущий контроль
30	Техника игры вратаря.	1	0,5	0,5	текущий контроль
31	Отбор мяча: отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте	1	0,5	0,5	текущий контроль
32	Необходимые требования правил поведения и норм техники безопасности	1	0,5	0,5	текущий контроль
<b>Раздел 2. Физическое совершенствование (40 ч)</b>					
33	Тактика нападения: выбор позиции Обманные движения (финты): обманные движения «уход» выпадом.	1	0,5	0,5	текущий контроль
34	Жонглирование мячом: с чередованием «стопа - бедро» одной ногой	3	0,5	2,5	текущий контроль
35	Тактика нападения: групповые действия	1	0,5	0,5	текущий контроль
36	Жонглирование мячом: с чередованием «стопа - бедро» двумя ногами	3	0,5	2,5	текущий контроль

37	Удары в затрудненных условиях: по летящему мячу	1	0,5	0,5	текущий контроль
38	Учебная игра по упрощенным правилам	1	0,5	0,5	текущий контроль
39	Удары в затрудненных условиях: из-под прессинга	1	0,5	0,5	текущий контроль
40	Тактика защиты: индивидуальные действия-противодействие ведению, финтам, ударам	1	0,5	0,5	текущий контроль
41	Удары в затрудненных условиях: в игровом упражнении	1	0,5	0,5	текущий контроль
42	Учебная игра по упрощенным правилам	1	0,5	0,5	текущий контроль
43	Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры.	1	0,5	0,5	текущий контроль
44	Удары в реальной игре: завершение игровых эпизодов	1	0,5	0,5	текущий контроль
45	Тактика защиты: групповые действия.	1	0,5	0,5	текущий контроль
46	Удары в реальной игре: штрафные и угловые удары.	1	0,5	0,5	текущий контроль
47	Обманные движения (финты): финт «остановкой» мяча ногой	2	0,5	1,5	текущий контроль
48	Тактика вратаря.	2	0,5	1,5	текущий контроль
49	Обманные движения (финты): обманное движение «ударом» по мячу ногой	2		1,5	текущий контроль
50	Отбор мяча: отбор мяча при единоборстве с соперником, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	2	0,5	1,5	текущий контроль
51	Учебная игра по упрощенным правилам	2	0,5	1,5	текущий контроль
52	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	2	0,5	1,5	текущий контроль
53	Аттестация	2	1	1	итоговый контроль
54	Аттестация	2	1	1	итоговый контроль
55	Техника вратаря	3	1	2	итоговый контроль
<b>Итого</b>		<b>72</b>	<b>29</b>	<b>43</b>	

## Содержание образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» предназначена для детей в возрасте от 10 до 16 лет.

### Раздел 1. Способы физической деятельности (32 ч)

Основы организации самостоятельных занятий футболом. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время досуговой деятельности со своими сверстниками, во время активного отдыха и каникулярного времени. Подвижные игры с элементами футбола и их правила. Подготовка мест для занятий футболом. Организация и проведение подвижных игр специальной направленности

с элементами футбола. Специальные физические упражнения футболиста, их роль и место в формировании технического мастерства. Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью. Составление комплексов утренней гигиенической гимнастики (далее – УГГ), корригирующей гимнастики с элементами футбола. Проведение общеразвивающих упражнений с элементами футбола и включение их в разминку. Выполнения контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке. Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов футболиста и способы их устранения. Основы анализа собственной игры и игры команды соперников. Осуществление функций судьи, помощника судьи, судьи секретаря во время учебных и товарищеских игр. Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния. Первые внешние признаки утомления во время занятий футболом. Средства восстановления после больших физических нагрузок, после соревновательной деятельности. Характерные травмы футболистов, методы и меры предупреждения травматизма во время занятий. Составление индивидуальных планов (траекторий роста) физической подготовленности. Способы самостоятельного освоения двигательных 9 действий, подбор подготовительных и специальных упражнений. Способы планирования и распределения занятий технической подготовки по футболу. Оценка техники осваиваемых упражнений и движений по эталонному образцу, внутренним ощущениям, способы выявления и исправления технических ошибок. Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Технологии предупреждения и нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций.

## **Раздел 2. Физическое совершенствование (40 ч)**

Комплексы упражнений для воспитания специальных физических качеств футболиста. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений. Футбольная разминка, ее роль, назначение, средства. Комплексы специальной разминки передсоревнованиями. Подвижные игры, эстафеты и комплексы на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей). Подвижные игры специальной направленности. Эстафеты с предметами и без предметов на развитие общих физических и специальных физических качеств футболиста. Комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки, технические приемы футболиста. Специальные упражнения по развитию тактического мышления: «Рациональное расположение на площадке при организации атакующих действий», «Расположение игроков на футбольном поле при коллективной организации оборонительных действий». Способы передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты с мячом и без мяча. Бег: приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением, челночный, на различные дистанции и с различной скоростью. Прыжки: толчком двумя ногами, толчком одной ногой, многоскоки, с двух на две, в длину, в высоту, с подтягиванием бедра на месте и с

продвижением вперед. Остановки: прыжком, выпадом, стопорящим движением двух ног. Повороты: на одной ноге, прыжком, выпадом, на 900, 1800, 3600. Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча. Ведение: внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой. Удары ногой: внутренней стороной стопы, внутренней/внешней частью подъема, средней частью подъема; по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежащему, катящемуся, летящему навстречу мячу; по различным траекториям низом, верхом; удары после остановки, рывков. Удары серединой лба – на месте, в движении. Остановки мяча ногой: подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, грудью, внутренней частью подъема. Остановки туловищем: грудью, животом; стоя на месте, летящего навстречу мяча в движении. 10 Финты: «уходом» выпадом, переносом ноги через мяч; «ударом ногой» с уходом или «убиранием мяча», с остановкой, с пропуском мяча; с остановкой мяча ногой, туловищем. Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время ведения мяча; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Выполнение контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке. Техника владения мячом игры вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча. Тактические действия (индивидуальные и групповые) -элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках, группах, линиях; забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению. Учебные игры в футбол. Участие в соревновательной деятельности.

### Календарный учебный график

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол»
1	Начало учебного года	1 сентября
2	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	1 раз в неделю
5	Количество часов	72 часа
6	Окончание учебного года	26 мая
7	Период реализации программы	01.09.2023-26.05.2024

### Рабочая программа воспитания содержит:

С 1 сентября 2020 года вступил в силу Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

Президент Российской Федерации В. В. Путин отметил, что смысл предлагаемых поправок в том, чтобы «укрепить, акцентировать воспитательную составляющую отечественной образовательной системы». Он подчеркнул, что система образования не только учит, но и воспитывает, формирует личность,



передает ценности и традиции, на которых основано общество.

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде». (Статья 2, пункт 2, ФЗ № 304) «Образовательная программа – комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты) и организационно-педагогических условий, который представлен в виде учебного плана, календарного учебного графика, рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), иных компонентов, оценочных и методических материалов, а также в предусмотренных настоящим Федеральным законом случаях в виде рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы, форм аттестации». (Статья 2, пункт 9, ФЗ № 304).

В процессе реализации программы дети учатся: — активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; — проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; — проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; — оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие интересы.

*Цель воспитательной работы* - создание условий для развития, саморазвития и самореализации личности учащегося и создание условий для активной жизнедеятельности обучающегося, гражданского самоопределения, максимального удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

*Воспитательная работа нацелена на решение таких основных задач как:*

- ✓ Формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- ✓ Формирования нравственного сознания, развитие нравственных чувств, нравственное поведение;
- ✓ Приобщение детей к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям родного края, страны;
- ✓ Обеспечения развития личности и её социально-психологической поддержки, формирование личностных качеств, необходимых для жизни;
- ✓ Воспитание внутренней потребности личности в здоровом образе жизни, ответственного отношения к природной и социокультурной среде обитания;
- ✓ Развитие воспитательного потенциала педагога;
- ✓ Поддержка социальных инициатив и достижений обучающихся.

*Приоритетные направления в организации воспитательной работы:*

- ✓ Гражданско-патриотическое воспитание: формирование патриотических,

ценностных представлений и любви, уважении к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине, формирование представлений и ценностях культурно-исторического наследия России и родного края. 39;

✓ Духовно-нравственное воспитание: формирование ценностных представлений о морали, об основных понятиях этики, о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа;

✓ Трудовое профессиональное воспитание: формирование знаний, представлений о трудовой деятельности, выявление творческих способностей и профессиональных направлений учащихся;

*Художественно-эстетическое воспитание:* формирование характера и нравственных качеств потребителей, взглядов и убеждений личности, обогащение чувственного опыта, эмоциональной сферы личности, повышение познавательной активности, а также воспитание чувства красоты, развитие способности воспринимать чувствовать и понимать красоту в общественной жизни.

### **Календарный план воспитательной работы**

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведен	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике Безопасности и правила поведения на занятиях. «Работа с родителями»	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	«Учебно – тренировочное занятие»	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь — май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско -патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь — май
4.	Спортивно массовые мероприятия» Защита проектов внутри группы.	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь — май
5	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь — май
6	Беседа о празднике «День защитника Отечества»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7	Беседа о празднике «8 марта»	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

## Список литературы:

### Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599;
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912–1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022–2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

### *Для педагога:*

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. – М.://Физкультура и спорт». 2008.
2. Алиев Э., Андреев С., Губа В. Мини-футбол, Учебник. -М.:// Советский спорт. 2012.
3. Врублевский Е. П., Модели тактики игры в футбол. -М.; // Спорт, 2020
4. Грамм А., Книга-тренер. Правила. Физическая подготовка. Техника.Стратегия.Мастерство. М.; Эксмо, 2020
5. Губа В., Лексаков А. Теория и методика футбола.Учебник. -М.:// Спорт,2020.
6. Губа В., Футбол. Программа для футбольных академий.-М:// Человек,2015.
7. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.
8. Качанин, Горский - Тренировка футболистов 1994 г. 1-е издание 9.Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, Москва 2010. 24
9. Сучилин А. А. Футбол во дворе -//Физкультура и спорт, 1994.
10. Скуридина А.А. Методические мелочи. Уметь. Хотеть. Мочь // журнал «Спорт в школе», 2011, № 7.
11. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – //Физкультура и Спорт, 2002, 2- ое исправленное и дополненное издание – (Азбука спорта).

12. Швыков И.А., Футбол в школе. – М.: //Терра-Спорт, Олимпия Пресс,2002.
13. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы, 2009.
14. Жан-юк Чесно, Жерар Дюро. Футбол. Обучение базовой технике. М.:// ТВТ Дивизион, 2006, - 198с. 16. 500 игр и эстафет. Научная ред.ак. Кузина В.В. и пр. Полиевского С.А. М.://Физкультура и спорт, 2000.

**Для обучающихся:**

1. Андреев С.Н . Футбол – твоя игра. – М.: //Просвещение, 1989. – 144стр.
2. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол. - М.; Советский спорт, 1989 –47с.
3. Башкиров, В.Ф. Профилактика травм у спортсменов/ Башкиров В.Ф. - М.: //ФиС, 1987.
4. Каменченко П. Олтаржевский Г., Легенды. История российского футбола в фотографиях. – М.; //Красивая книга, 2018 5.
5. Лоран Николе, Это футбол. Игра изменившая мир. - М:// Самокат, 2018 6.
6. Нестеровский, Д.И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования / Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д., Иванов В.А., Голенко А.В., Левин В.С. /9-е изд., стереотипное. М.; Издательский центр «Академия», 2014. 464 с.
7. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика / Сергиенко Л.П. – М.; «Советский спорт», 2013.
8. Старостин Н. Вайнштейн А. Футбол сквозь годы. М:// Центрполиграф, 2018.
9. Симонян Н.П. Футбол-только ли игра? -М.:// Человек, 2018.
9. Шакур М.Т. Как научиться играть в футбол. Финты звезд. //Харвест, 2020.