

1.Комплекс основных характеристик программы.

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

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

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «Футбол» имеет *физкультурно-спортивную направленность* с базовым 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.

Актуальность.

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

Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой **педагогической целесообразности** работы по программе «Футбол». Физическое воспитание в системе

дополнительного образования предполагает разнообразные формы педагогической работы с учащимися, способствует решению разных задач. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

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

Адресат программы

Программа «Футбол» адресована учащимся школы в возрасте 9-13 лет общеобразовательной школы, занимающихся в системе дополнительного образования.

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

Задачи программы: Образовательные:

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

- формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

Воспитательные:

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

Планируемые результаты обучения:

Предметные

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

учащиеся получают возможность научиться:

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

Метапредметные учебно-интеллектуальные:

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

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

учащиеся получают возможность научиться:

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

коммуникативные *учащиеся научатся:*

- организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;

- работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр.

учащиеся получают возможность научиться:

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

учебно-организационные учащиеся научатся:

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

Условия реализации программы:

Условия набора и режим занятий:

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 9-13 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения. Формирование группы производится с учетом способностей и физической подготовленности детей. В начале и в конце учебного года (сентябрь, май) проводится медицинский осмотр, по итогам которого даются рекомендации по оздоровлению детей.

Срок реализации программы:

Год обучения	Количество учебных часов	Периодичность занятий
1 год	70	3 раза в неделю по 1 часу

Материально-техническое оснащение занятий

- 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.

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

Форма организации занятий: групповая и индивидуально-групповая.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

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

Возможные формы занятий:

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

расширение двигательного опыта учащихся посредством движений различной координационной сложности;

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

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

2.Комплекс организационно-педагогических условий.

Календарный учебный график

№ занятия	Дата по плану	Дата по факту проведения	Кол. -во часов.	Тема занятия.
1.			1	Техника безопасности на тренировках. Сущность игры. Краткие правила её развития.
2.			1	Правила игры в футбол. Упражнения без мяча: бег «змейкой» и «восьмёркой».
3.			1	Правила игры в футбол. Упражнения без мяча: бег «змейкой» и «восьмёркой»; бег с

				чередованием передвижения лицом и спиной вперёд.
4.			1	Ведение мяча: внутренней частью подъёма стопы; внешней частью подъёма стопы. Жонглирование мячом: ногой, головой.
5.			1	Техника игры в нападении. Передвижения и прыжки. Удары серединой подъёма стопы с места и разбега по неподвижному мячу.
6.			1	Техника игры в нападении. Передвижения и прыжки. Удары серединой подъёма стопы с места и разбега по неподвижному мячу.
7.			1	Удары серединой подъёма стопы по катящемуся и летящему мячу; после отскока от земли; с поворотом; пяткой ноги.
8.			1	Удары серединой подъёма стопы по катящемуся и летящему мячу; после отскока от земли; с поворотом; пяткой ноги.
9.			1	Удары по мячу с полулёта, внутренней частью подъёма.
10.			1	Удары головой по летящему мячу (стоя на месте и в прыжке).
11.			1	

				Передачи мяча: на месте (продольные, поперечные); в движении.
12.			1	Передачи мяча: на месте (продольные, поперечные); в движении.
13.			1	Передачи мяча: на месте (диагональные, низкие, высокие); в движении.
14.			1	Передачи мяча: на месте (диагональные, низкие, высокие); в движении.
15.			1	Остановка мяча: внутренней стороной стопы и внешней стороной стопы.
16.			1	Остановка мяча: внутренней стороной стопы и внешней стороной стопы.
17.			1	Остановка мяча: внутренней стороной стопы и внешней стороной стопы.
18.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.
19.			1	Остановка летящего мяча: внутренней стороной стопы.

20.			1	Остановка летящего мяча: грудью и головой.
21.			1	Вбрасывание мяча: из-за боковой линии, стоя на месте.
22.			1	Вбрасывание мяча: из-за боковой линии, с разбегом.
23.			1	Вбрасывание мяча. Ведение мяча и обводка.
24.			1	Техника игры в защите. Перехват мяча. Отбор мяча.
25.			1	Отбирание мяча у соперника: толчком плеча в плечо; выбиванием.
26.			1	Отбирание мяча у соперника: наложением стопы на мяч; подкатом.
27.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.
28.			1	Техника игры вратаря. Ловля мячей летящих низко.
29.			1	

				Техника игры вратаря. Ловля полувысоких мячей.
30.			1	Техника игры вратаря. Ловля мячей летящих высоко. Отбивание мяча. Выбрасывание мяча
31.			1	Техника игры вратаря. Ловля мячей летящих высоко. Отбивание мяча. Выбрасывание мяча
32.			1	Тактика игры. Командные действия в нападении.
33.			1	Тактика игры. Командные действия в нападении. Позиционное нападение.
34.			1	Тактика игры. Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты); наступание на мяч.
35.			1	Тактика игры. Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты); наступание на мяч.
36.			1	Тактика игры. Индивидуальные обманные действия: ложное продвижение, с мячом мимо соперника; ложный замах.
37.			1	Тактика игры. Индивидуальные обманные действия: ложное

				продвижение, с мячом мимо соперника; ложный замах.
38.			1	Тактика игры. Индивидуальные действия: ведение мяча и обводка. Удары по воротам.
39.			1	Тактика игры. Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты). Удары по воротам.
40.			1	Тактика игры. Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты). Удары по воротам.
41.			1	Тактика игры. Быстрый прорыв к воротам соперника.
42.			1	Тактика игры. Быстрый прорыв к воротам соперника.
43.			1	Тактика игры крайних нападающих. Тактика игры центральных нападающих.
44.			1	Тактика игры крайних нападающих. Тактика игры центральных нападающих.
45.			1	Тактика игры футболистов средней линии.
46.			1	Тактика игры. Групповые обманные действия: ложный пас; ложные

				действия при подаче углового удара.
47.			1	Тактика игры. Групповые обманные действия: получить пас от партнёра, производящего вбрасывание мяча из-за лицевой линии; пропуск мяча партнёру; оставление мяча партнёру.
48.			1	Тактика игры. Групповые обманные действия: получить пас от партнёра, производящего вбрасывание мяча из-за лицевой линии; пропуск мяча партнёру; оставление мяча партнёру.
49.			1	Тактика игры. Взаимодействие игроков в нападении и защите при подаче углового удара.
50.			1	Тактика игры. Взаимодействие игроков в нападении и защите при пробитии штрафных.
51.			1	Тактика игры. Взаимодействие игроков в нападении и защите при пробитии штрафных и подаче углового удара.
52.			1	Тактика игры. Взаимодействие игроков при вбрасывании мяча из-за лицевой линии.
53.			1	Тактика игры крайних нападающих.
54.			1	Тактика игры центральных нападающих.

55.			1	Тактика игры футболистов средней линии.
56.			1	Тактика игры в защите: сосредоточенная защита.
57.			1	Тактика игры в защите: рассредоточенная защита.
58.			1	Тактика игры в защите. Групповые действия: подстраховка, переключение.
59.			1	Тактика игры в защите. Групповые действия: подстраховка, переключение, групповой отбор мяча.
60.			1	Тактика игры в защите. Групповые действия: подстраховка, переключение, групповой отбор мяча.
61.			1	Тактика игры в защите. Индивидуальные действия: против игрока с мячом.
62.			1	Тактика игры в защите. Индивидуальные действия: против игрока не владеющего мячом.
63.			1	Тактика игры в защите. Индивидуальные действия: против игрока не владеющего мячом.
64.			1	Тактика игры в защите. Тактика игры крайних защитников.

65.			1	Тактика игры в защите. Тактика игры центральных защитников.
66.			1	Тактика игры в защите. Тактика игры центральных защитников.
67.			1	Тактика игры вратаря.
68.			1	Тактика игры вратаря. Тактика игры в защите.
69.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.
70.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.
71.			1	Тактика игры. Взаимодействие игроков в нападении и защите при пробитии штрафных.
72.			1	Тактика игры в защите. Групповые действия: подстраховка, переключение, групповой отбор мяча.
73.			1	Техника игры вратаря. Ловля мячей летящих низко. Техника игры вратаря. Ловля мячей летящих низко.

74.			1	Тактика игры. Быстрый прорыв к воротам соперника.
75.			1	Тактика игры. Быстрый прорыв к воротам соперника.
76.			1	Тактика игры. Командные действия в нападении.
77.			1	Тактика игры. Командные действия в нападении.
78.			1	Техника игры вратаря. Ловля мячей летящих высоко. Отбивание мяча. Выбрасывание мяча
79.			1	Техника игры вратаря. Ловля мячей летящих высоко. Отбивание мяча. Выбрасывание мяча
80.			1	Удары серединой подъёма стопы по катящемуся и летящему мячу; после отскока от земли; с поворотом; пяткой ноги
81.			1	Удары серединой подъёма стопы по катящемуся и летящему мячу; после отскока от земли; с поворотом; пяткой ноги
82.			1	Отбирание мяча у соперника: наложением стопы на мяч; подкатом
83.			1	Отбирание мяча у соперника: наложением стопы на мяч; подкатом
84.			1	Тактика игры в защите. Тактика игры крайних защитников.
85.			1	Тактика игры в защите. Тактика игры крайних защитников.
86.			1	Тактика игры. Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты). Удары по воротам.
87.			1	

				Тактика игры. Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты). Удары по воротам.
88.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.
89.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.
90.			1	Остановка мяча: внутренней стороной стопы и внешней стороной стопы.
91.			1	Остановка мяча: внутренней стороной стопы и внешней стороной стопы.
92.			1	Передачи мяча: на месте (диагональные, низкие, высокие); в движении.
93.			1	Передачи мяча: на месте (диагональные, низкие, высокие); в движении.
94.			1	Остановка летящего мяча: грудью и головой.
95.			1	Остановка летящего мяча: грудью и головой.
96.			1	Тактика игры в защите. Индивидуальные действия: против игрока с мячом.

97.			1	Тактика игры в защите. Индивидуальные действия: против игрока с мячом.
98.			1	Тактика игры. Индивидуальные обманные действия: ложное продвижение, с мячом мимо соперника; ложный замах.
99.			1	Тактика игры. Индивидуальные обманные действия: ложное продвижение, с мячом мимо соперника; ложный замах.
100.			1	Тактика игры крайних нападающих.
101.			1	Тактика игры крайних нападающих.
102.			1	Тактика игры в защите. Тактика игры центральных защитников
103.			1	Тактика игры в защите. Тактика игры центральных защитников
104.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.
105.			1	Официальные правила игры футбол. Учебно-тренировочная игра.

Оценочные и методические материалы *Формы подведения итогов:*

- Медицинский контроль в начале учебного года оценивает состояние здоровья учащихся – *нулевая аттестация*
- Участие в соревнованиях различного уровня по футболу и мини футболу – *промежуточная аттестация (декабрь)*

- Система тестирования и контрольных нормативов, позволяющие оценить динамику развития физических качеств учащихся – *итоговая аттестация (апрель-май)*

Литература

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