

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ДМИТРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»
СОВЕТСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

«РАССМОТРЕНО»

на заседании
Методического Совета

« СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора по УВР

_____/ О.А. Маслова

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ
«Дмитровская СШ»

Протокол № 1

«30» августа 2023г.

«30» августа 2023г.

_____/ А.П.

Кувака

Приказ № 152

«30» августа 2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
программа кружка «Футбол»
для 5-9 класса
2023/2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Направленность: физкультурно-спортивная.

Срок реализации программы - 1 год

Вид программы: модифицированная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 10-15 лет

Составитель: Кувака А. А., учитель физической культуры

с. Дмитровка, 2023 год

1.Комплекс основных характеристик программы

1.1.Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» составлена в соответствии с основными нормативно - правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Федеральный закон №273) (ст. 2, ст.12, ст. 75)
- Федеральный закон № 273-ФЗ (ст. 12, ст. 47, ст. 75).
- Федеральный закон №273-ФЗ (п. 1,2,3,9 ст. 13; п.1, 5, 6 ст. 14; ст. 15; ст. 16; ст.33, ст.34, ст.75), СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41);
- Федеральный закон №273-ФЗ (п.9, 22, 25 ст. 2; п. 5 ст.12; п. 1,п. 4 ст. 75),
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей
- /распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. Ха 1726-р
- Федеральный закон №273-ФЗ (ст.15, ст16, ст.17; ст.75) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41); Проекты государственных программ «Развитие культуры и туризма на 2013-2020 годы», «Развитие физической культуры и спорта на 2013-2020 годы»;

Направленность дополнительной образовательной программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы обусловлена потребностями школы в развитии физкультурно-спортивного направления деятельности (особенно игровых видов спорта), спросом на данный вид спорта со стороны детей и родителей, а также кадровым и материальным потенциалом для развития футбола.

Новизна программы заключается в том, что в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой

дети получают расширенное представление об игре в футбол, овладевают основными навыками игры, а по окончании обучения могут не только самостоятельно играть в футбол, но и реализовать объективное судейство, также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

Отличительной особенностью программы «Футбол» является то, что она предполагает возможность занятия футболом «с нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «футбол» в основной школе. Программа предполагает иной подход в работе с родителями: в данной программе предусмотрено привлечение родителей не только к участию в соревнованиях и открытых занятиях в качестве зрителей и помощников, но и реальное участие в самих занятиях футболом совместно со своими детьми, изучение тактических и технических приемов и применение их в игре.

Педагогическая целесообразность программы. Программа дополняет материал, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе (с учетом интересов детей). Дополнительная физическая подготовка позволяет успешно сдать учебные нормативы по физической культуре в школе.

Адресат программы

Программа «Футбол» ориентирована на обучающихся 10-15 лет.

Объём программы – 34 часа в год.

Сроки усвоения - 1 год.

Формы обучения – очная.

Допускается - очно – дистанционная. Возможен переход на применение дистанционных образовательных технологий и в период режима «повышенной готовности». (ФЗ № 273, гл. 2, ст. 16, п. 2).

Особенности организации образовательного процесса:

Программа предусматривает работу постоянной разновозрастной группы в количестве 15 человек. Набор детей в группы свободный, без предъявления требований к уровню подготовленности.

Виды занятий:

- совместная игровая - познавательная деятельность взрослого и детей;
- индивидуальная - беседы;
- занятия формирования и закрепления знаний и умений.

Режим занятий – 1 раз в неделю по 45 минут.

1.2.Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для формирования активной жизненной позиции воспитанников, приобщение их к культуре здорового образа жизни, развитие творческого потенциала обучающихся.

Задачи:

Обучающие:

- ознакомить с принципами здорового образа жизни;
- ознакомить с правилами поведения спортсменов и со способами разрешения нестандартных ситуаций на соревнованиях;
- научить основам тактики и техники игры в футбол;
- обучить игре в футбол;
- ознакомить детей с правилами проведения соревнований по футболу;
- обучить правилам восстановления организма после тренировок;
- ознакомить с назначением упражнений на развитие координации движений, ловкости, реакции;
- научить правильно выполнять комплекс общеразвивающих и специальных упражнений.

Развивающие:

- развивать координацию движений, ловкость, быстроту реакции, выносливость;
- укреплять здоровье учащихся;
- развивать кругозор учащихся: ознакомить с историей футбола;
- развивать интерес к футболу как виду спорта;

Воспитательные:

- воспитывать у учащихся волю, целеустремленность, стремление к достижению результатов;
- формировать интерес к активному образу жизни;
- воспитывать у детей: умение играть в команде, чувство коллективизма, толерантность.

1.3.Воспитательный потенциал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Технические приемы, тактические действия и игра таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического развития, но и нравственного воспитания детей,

особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Занятия по данному виду спорта способствуют воспитанию патриотизма, стремления к победе, самоорганизации детей

1.4.Содержание программы

Учебный план

№	Раздел	Количество часов
1.	Общая физическая подготовка	12
2.	Специальная подготовка	18
3.	Основы знаний	2
4.	Соревнования	2
	Итого:	34

Содержание курса

Занятия по программе «Футбол» включают в себя теоретическую и практическую часть.

Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий и тактическую подготовку.

Практическая часть включает в себя общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку и участия в соревнованиях.

Содержание программы включает в себя четыре раздела:

1. Общая физическая подготовка

Двигательные качества футболиста: быстрота, ловкость

Практические занятия:

Беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук. Бег на дистанцию 20 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 3х10.

Прыжковые упражнения: прыжки на месте, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места;

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивания. упоры

2. Специальная подготовка.

Расположение игроков на поле.

Практические занятия: Передача, приём, остановка, ведение мяча. Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Ведение мяча. Удары по неподвижному мячу серединой подъема. Техника игры вратаря: ловля и отбивание мяча.

Удары по катящемуся мячу. Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Введение мяча в игру

броском двумя руками из-за боковой линии. Ведение одновременно двух мячей. Передачи мяча правой и левой ногой, обводка. Комбинации из освоенных элементов. Жонглирование мячом, одной ногой, попеременно, правой и левой ногами.

3. Основы знаний.

Основные правила игры в футбол: игра рукой, удар по ногам, разметка площадки, гол, ворота. Предупреждение травматизма. Оказание первой помощи.

4. Соревнования

Продолжительность игры. Практические занятия. Игра по упрощенным правилам.

1.5. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- историю возникновения футбола как игры;
- основные правила игры в футбол;
- базовую тактику и базовую технику игры;
- принципы здорового образа жизни спортсмена;
- назначение общеразвивающих упражнений;
- основные правила проведения соревнований по футболу;
- правила поведения спортсмена во время соревнований;
- требования к спортивной дисциплине.
- выполнять розыгрыши стандартных положений;
- выполнять базовые технические и базовые тактические приемы игры;
- выполнять отдельные общеразвивающие упражнения;
- играть в футбол на уровне соревнований учреждения и района.

Личностные результаты освоения программы:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

Познавательные УУД:

- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели, структурирование знаний (в конце изучения темы).

Коммуникативные УУД:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнера.

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу, учитывать установленные правила в планировании и контроле способа действия, различать способ и результат действий

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Начало учебного года	- 01 сентября 2022 года
Начало учебных занятий для групп первого года обучения	- __ сентября 2022 года
Окончание учебного года	- __ мая 2022 года
Продолжительность учебного года	- 34 недель

2.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение: программа реализуется учителем физической культуры – Кувака Андреем Анатольевичем

Материально-техническое обеспечение:

Материально-техническая база школы, соответствующая действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам, обеспечивает проведение всех видов практических и теоретических занятий, предусмотренных учебным планом и программой (наличие кабинета, сцены, спортзала)

Дидактические материалы:

- учебно-методические пособия,
- методические рекомендации,
- наличие литературы для детей и педагога.

Материально-технические:

- ворота,
- стойки и фишки для обводки,
- гимнастическая стенка,
- гимнастические скамейки,
- скакалки,
- набивные мячи различной массы,
- футбольные мячи,
- тренировочные манишки,
- спортивный зал,
- стадион.

Методическое обеспечение образовательной программы:

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

- словесный (рассказ, беседа, объяснение);
- наглядный (наблюдение, демонстрация);
- практический (упражнения воспроизводящие и творческие).

2.3. Формы аттестации

1) Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: освоение разделов программы могут контролироваться в форме проведения открытых уроков.

2) Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: тематическое открытое занятие – 1 раз на полугодие (декабрь, май).

3) Формы контроля: входной, итоговый.

4) Формы проведения контроля:

- соревнования по футболу;
- отчёт о проведении соревнований, составление протоколов;
- участие в соревнованиях муниципального уровня и др.

**Нормативы
по физической и технической подготовке**

Упражнения	Нормативы
Бег 30м (сек)	5,3
Прыжок в длину с/м (см)	160
Бег 30м с ведением мяча (сек)	6,4
Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м)	45
Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	6
Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	10,0
Жонглирование мячом (кол-во раз)	8
Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м)	30
Бросок мяча на дальность (м)	10

Календарно тематическое планирование

№ урока	Тема урока	Дата	
		План	Факт
1.	Т/Б на спортивных играх. Основные правила игры в футбол	06.09	
2.	Основные правила игры в футбол. Игра в минифутбол	13.09	
3.	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	20.09	
4.	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	27.09	
5.	Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы	04.10	
6.	Ведение мяча	11.10	
7.		18.10	
8.	Двухсторонняя игра (Соревнование)	25.10	
9.	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	08.11	
10.	Удар носком	15.11	
11.	Удар серединой лба на месте	22.11	
12.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	29.11	
13.	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью	06.12	
14.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	13.12	
15.	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	20.12	
16.	Удар по летящему мячу средней частью подъема	27.12	
17.	Обманные движения (финты)	10.01	
18.	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	17.01	
19.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	24.01	
20.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча.	31.01	
21.	Резаные удары	07.02	
22.	Остановка мяча грудью	14.02	

23.	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	21.02	
24.		28.02	
25.	Отбор мяча подкатом	06.03	
26.		13.03	
27.	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	20.03	
28.	Финт ударом	27.03	
29.	Финт остановкой	03. 04	
30.	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	17.04	
31.	Тактические действия в нападении	24.04	
32.	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	08.05	
33.		15.05	
34.		22.05	

2.4.Список литературы

Литература для педагога

1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.
2. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.
3. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.
4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I, II, III, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек, 2008 г.
5. Б.И. Плоп. «Новая школа футбольной тренеровки». - «Олимпия Пресс», 2008г.
6. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2009.
7. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.
8. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.
9. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.

Литература для обучающихся

1. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов «Academia», 2008г.
2. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г.
3. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.
4. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.

5. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.
- 6 Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.
7. Футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г.