



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЯЛТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЯЛТИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 7 ИМЕНИ НАДИ ЛИСАНОВОЙ»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА ГОРОД-КУРОРТ ЯЛТА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНА

Педагогическим советом

МБОУ «ЯСШ № 7»

от «10» марта 2026г.

протокол № 02

УТВЕРЖДАЮ

Приказ от 13.03.2026 № 99-о

Директор МБОУ «ЯСШ № 7»

_____ М. В. Бышева

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФУТБОЛ»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации программы: 1 год

Вид программы: модифицированная

Уровень: ознакомительный

Возраст обучающихся: 8-15 лет

Составитель: Литвинова Юлия Викторовна,
педагог дополнительного образования

Ялта, 2026

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий волейболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности футбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Нормативно-правовая основа программы

Основой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юниор» является следующая нормативно-правовая база:

-Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 1 июля 2020 года);

-Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями на 31 июля 2020 года);

-Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

-Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020г. №474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

-Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);

-Стратегия развития воспитания Российской Федерации на период до 2025года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. № 996-р;

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

-Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р;

-Федеральный Проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018г.№3;

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

-Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021г.№ 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по

проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

-Закон Республики Крым от 06 июля 2015 года № 131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым»;

-Закон Республики Крым от 19.12.2022 № 374-ЗРК/2022 «О внесении изменений в Закон Республики Крым «Об образовании в Республике Крым»;

-Методические рекомендации для педагогов дополнительного образования детей «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ», утверждённые коллегией Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 23 июня 2021 года» 4/4;

-Устав МБОУ «ЯСШ № 7»;

-Положение о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам МБОУ «ЯСШ № 7» от 21.02.2023 г. № 2.

Направленность программы

Данная программа относится к программам **физкультурно-спортивной** направленности. По уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Данная программа является модифицированной, так как она разработана на основе типовых программ физкультурно-спортивной направленности, с учетом использования различных технологий, а также способствует расширению и повышению физкультурно-спортивной культуры детей.

Программа предусматривает применение в образовательном процессе современных педагогических технологий, способствующих сохранению здоровья учащихся, активизации познавательной деятельности, креативности мышления, формирования личностных качеств.

Актуальность программы

Выбор спортивной игры – футбол - определен ее популярностью в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Новизна программы

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих

заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Отличительные особенности программы

По уровню освоения программа углублённая, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность данного курса для школьников обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлеченностью, инициативностью. Данная программа призвана расширить творческий потенциал ребенка, сформировать нравственно-эстетические чувства, т.к. именно в основной школе закладывается фундамент личности, закрепляются нравственные нормы поведения в команде, с соперниками и обществе, формируется отношение к здоровью, здоровому образу жизни. Раскрываются физические возможности ребенка, укрепляется опорно-двигательный аппарат.

Программа строится на следующих концептуальных принципах:

Принцип динамики. Предоставить ребёнку возможность активного поиска и освоения объектов интереса, собственного места в спортивной деятельности, заниматься тем, что нравится.

Принцип успеха. Каждый ребенок должен чувствовать успех в какой-либо сфере деятельности. Это ведет к формированию позитивной «Я» и признанию себя как уникальной составляющей окружающего мира.

Принцип доступности. Обучение и воспитание строится с учетом возрастных и индивидуальных возможностей подростков, без интеллектуальных, физических и моральных перегрузок.

Принцип демократии. Добровольная ориентация на получение знаний конкретно выбранной деятельности; обсуждение выбора совместной деятельности в коллективе на предстоящий учебный год.

Принцип систематичности и последовательности. Систематичность и последовательность осуществляется как в проведении занятий, так в самостоятельной работе воспитанников. Этот принцип позволяет за меньшее время добиться больших результатов.

Принцип наглядности. В учебной деятельности используются разнообразные иллюстрации, видеоматериалы, аудиозаписи, ресурсы Интернета.

Адресат программы:

Программа адресована учащимся 8-15 лет. Дети в кружок набираются по потребности и своему желанию, на основании заявления родителей (законных представителей).

Объем программы

На реализацию спортивного курса отводится 153 часа в год (4,5 часа в неделю).

Уровень программы- стартовый

Формы проведения занятий –очная.

Особенности организации образовательного процесса

Кружковая деятельность отличается от учебной тем, что она не ограничена временными рамками, возрастным составом участников, осуществляется на добровольных началах. Содержание и формы организации кружковой деятельности определяются с учётом индивидуальных интересов школьников и условий общеобразовательной организации.

Занятия в кружке проводятся в группе, включающей школьников разных классов на основе данной программы. Программа предусматривает широкое использование на занятиях физических упражнений общеразвивающей и прикладной направленности, подвижных игр и эстафет, что способствует эмоциональности занятий и повышает их эффективность. Группа формируются как из числа новичков, так и из числа подростков, проявивших успехи в физической подготовке.

При привлечении к занятиям следует учитывать единственное условие: все занимающиеся должны иметь допуск врача. Несоблюдение этого условия может привести к травмам в процессе тренировок и соревнований, хроническим заболеваниям организма, заболеваниям костно-мышечных тканей.

Формы занятий – групповые и индивидуальные занятия для отработки технических навыков игрока

- групповая;
- игровая;
- индивидуально-игровая;
- в парах;
- индивидуальная;
- практическая;
- комбинированная;
- соревновательная.

Режим занятий

Основной формой учебного процесса является кружковое занятие. Курс рассчитан на занятия по 4,5 часа в неделю. Основание - СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

1 час отведен на обучение теории, отработке отдельных элементов волейбола, физ. подготовке), 3,5 часа – на отработку соревновательной деятельности, обучению тактики ведения игры.

Обучение на занятиях осуществляется на основе как с коллективной работой с учащимися, так и индивидуальной.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: сформировать у обучающихся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом посредством овладения ими основ игры в футбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния.

Развивающие:

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

1.3. Воспитательный потенциал программы.

Воспитательная работа в рамках программы спортивного кружка направлена на: воспитания чувства патриотизма и бережного отношения к традициям, уважения к высоким образцам культуры других стран и народов, развитие доброжелательности в оценки спортивных достижений товарищей и критическое отношение к своим достижениям, воспитание чувства ответственности при участии в соревнованиях.

Для решения поставленных задач и реализации цели программы, учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) общешкольных, городских соревнований «Кожаный мяч» «Президентские спортивные игры»

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышения уровня к спортивным занятиям и уровня личностных достижений (победы в соревнованиях).

Содержание программы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН на 2023/2024 учебный год Учебно- тематический план

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов
1.	Вводное занятие	1
2.	Основы футбола	4
2.1	История развития футбола	1
2.2	Правила игры	1
2.3	Подготовка площадки и инвентаря	1
2.4	Личная гигиена и режим	1
3.	Общая физическая подготовка	34
4.	Специальная физическая подготовка	24
5.	Техническая подготовка	57
5.1	Техника передвижения	9
5.2	Удары по мячу ногой	9
5.3	Удары по мячу головой	4
5.4	Остановка и ведение мяча	9
5.5	Обманные движения (финты)	9
5.6	Отбор мяча	5
5.7	Вбрасывание мяча	4
5.8	Техника игры вратаря	8
6.	Тактическая подготовка	21
6.1	Тактика нападения и защиты	5
6.2	Индивидуальные действия	5
6.3	Командные действия	6
6.4	Тактика вратаря	5
7.	Проверка навыков	10
7.1	Сдача нормативов	2
7.2	Участие в соревнованиях	8
8.	Итоговое занятие	2
	ИТОГО:	153

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1. Вводное занятие(1ч).

Теория(1ч). Правила поведения, форма одежды, техника безопасности во время тренировочного процесса. Как избежать травм. Оказание первой помощи при травмах.

2. Основы футбола(4ч).

2.1 История развития футбола(1ч).

Теория(1ч). Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок России по футболу.

2.2 Правила игры(1ч).

Теория(1ч). Разбор и изучение правил игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.

2.3 Подготовка площадки и инвентаря(1ч).

Практика(1ч). Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Инвентарь для занятий.

2.4 Личная гигиена и режим(1ч).

Теория(1ч). Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена. Уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание и обливание как гигиенические и закаливающие процедуры.

3. Общая физическая подготовка(34ч).

Практика(30ч). Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, волейбол. Подготовка к сдаче контрольных испытаний.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом (масса 1 – 2 кг) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат».

Упражнение в висах и упорах. Из вися хватом сверху подтягивание: 2 подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз. Из упора лёжа на

гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз.

Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м. Бег медленный до 20 мин. Бег повторный до 6 x 30 м. и 4 x 50 м. Бег 300 м.

Прыжки с разбега в длину (310 – 340 см) и в высоту (95 – 105 см). Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Лыжи. Прогулки, подъёмы, спуски, прохождение дистанции 1 – 2 км.

Подвижные игры и эстафеты. «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

4. Специальная физическая подготовка(24ч).

Практика(20ч).

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5 – 10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

5. Техническая подготовка(57).

5.1 Техника передвижения(9ч).

Практика(8ч). Бег: по прямой; изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

5.2 Удары по мячу ногами(9ч).

Практика(8ч). Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар

по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: в ноги партнёру, в ворота, в цель, на ходу двигающемуся партнёру.

5.3 Удары по мячу головой(4ч).

Практика(4ч). Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

5.4 Остановка и ведение мяча(9ч).

Практика(8ч). Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение внешней частью подъёма, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

5.5 Обманные движения (финты)(9ч).

Практика(8ч). Обучение финтам: после замедления бега или остановки; неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону); во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону(ложная и действительная фазы движения).

5.6 Отбор мяча(5ч).

Практика(4ч). Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде. Отбор мяча толчком соперника.

5.7 Вбрасывание мяча(4ч).

Практика(4ч). Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

5.8 Техника игры вратаря(8ч).

Практика(8ч). Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с

падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

6. Тактическая подготовка(21ч).

6.1 Тактика нападения и защиты(5ч).

Теория(1ч). Правильное расположение на футбольном поле при атаке. Правильный выбор позиции по отношению к опекаемому игроку при защите.

Практика(4ч). Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча, противодействовать получению мяча, осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

6.2 Индивидуальные действия(5ч).

Теория(1ч). Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.

Практика(4ч). Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

6.3 Групповые действия(6ч).

Теория(1ч). Понятие о тактической комбинации, групповых тактических действиях.

Практика(5ч). 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). Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

6.4 Тактика вратаря(5ч).

Теория(1ч). Понятие о тактических действиях вратаря.

Практика(4ч). 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.

7. Проверка навыков(10ч).

7.1 Сдача нормативов(2ч).

Практика(2ч). Выявляется уровень физической и технической подготовки учащихся с помощью контрольных нормативов(см. табл.).

7.2 Участие в соревнованиях(8ч).

Теория(1ч). Правила проведения соревнований. Тактические установки и разбор игр.

Практика(7ч). Выезд на районные соревнования.

8. Итоговое занятие(2ч).

Теория(1ч). Подведение итогов первого года обучения.

Практика(1ч). Соревнование внутри коллектива.

1.5.Планируемые результаты.

В результате освоения программы кружка по футболу учащиеся **должны знать:**

- технику безопасности во время тренировки;
- историю развития футбола;
- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- правила игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря;
- тактические действия при защите и нападении;
- тактические действия при индивидуальной и коллективной игре;
- тактические действия вратаря;
- правила проведения соревнований;

могут уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- владеть техникой передвижений;
- владеть техникой ударов ногой и головой;
- владеть техникой остановки и ведения мяча;
- владеть техникой обманных движений(финтов);
- владеть техникой отбора мяча;
- владеть техникой вбрасывания мяча;
- владеть техникой игры вратаря;
- применять тактические знания при защите и нападении;

- применять тактические знания при индивидуальных и коллективных действиях;
- проводить судейство соревнований в рамках объединения.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончаний занятий	Количество учебных недель	Количество Учебных дней	Количество Учебных часов	Режим занятий
1 год	01 сентября 2023г.	26 мая 2023	34	68	153 часов, 4,5 часа в неделю	2 раза в неделю

Сроки и продолжительность каникул

Осенние каникулы 28.10-06.11 (10 дней)
 Зимние каникулы 29.12-08.01 (10 дней)
 Весенние каникулы 16.03-24.03 (9 дней)
 В каникулярное время занятия не проводятся.

2.2. Условия реализации программы

Кадровое обеспечение:

Для успешной реализации дополнительной общеразвивающей образовательной программы «Футбол» необходимо квалифицированное кадровое обеспечение. Руководитель объединения, реализующий данную программу, должен обладать следующими личностными и профессиональными качествами:

- умение создать комфортные условия для успешного развития личности воспитанников;
- умение увидеть и раскрыть творческие способности воспитанников;
- постоянное самосовершенствование педагогического мастерства и повышение уровня квалификации по специальности.

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Для занятий по программе требуется:

спортивный школьный зал 9x18

спортивный инвентарь и оборудование:

1. гимнастическая стенка- 1 шт.
2. гимнастические скамейки-4шт.
3. гимнастические маты-6шт.
4. скакалки- 15 шт.
5. мячи набивные (масса 1кг)- 3шт.
6. мячи футбольные – 8 шт.

Техническое оснащение

- проектор;
- экран;
- видео – диски;
- магнитофон;
- компьютер.

Дидактическое обеспечение программы

- Картотека упражнений по футболу (карточки).
- Картотека общеразвивающих упражнений для разминки
- Схемы и плакаты освоения технических приемов футболе.
- Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»
- «Правила игры в футбол».
- Видеозаписи выступлений учащихся.
- «Правила судейства в футболе».
- Регламент проведения турниров по футболу различных уровней.

Санитарно – гигиенические требования

Для реализации программы необходимо иметь:

- светлое просторное помещение;
- в кабинете осуществляется влажная уборка и проветривание;
- в наличии имеется аптечка с медикаментами для оказания первой медицинской помощи.

Методическое обеспечение:

Информационно-методическое обеспечение

- методическая литература;
- методические разработки занятий, планы-конспекты занятий, методические указания и рекомендации к практическим занятиям, инструкционные и технологические карты;
- материалы, учебные пособия, находящиеся в личном пользовании учащихся (в расчете на количество обучающихся): тетради, карандаши, ручки, материалы для практических занятий.

Методы организации занятия.

Применяются словесные методы обучения:

лекция, объяснение, рассказ, беседа, диалог, консультация; фото-, видеосъемка; исследовательские методы.

Методы проблемного обучения: эвристическая беседа; создание проблемных ситуаций; постановка проблемных вопросов; самостоятельная постановка, формулировка и решение проблем учащимися: поиск и отбор аргументов, фактов, доказательств и др.

Организация образовательного процесса строится на основе деятельностного подхода к обучению и использованию современных технологий.

Технология игровой деятельности.

Игровое обучение — это форма учебного процесса в условных ситуациях, направленная на воссоздание и усвоение общественного опыта во всех его проявлениях: знаниях, навыках, умениях, эмоционально-оценочной деятельности. Игра развивает, воспитывает, социализирует, развлекает и дает отдых. Но исторически одна из первых ее задач — обучение. Педагогическая игра обладает существенным признаком — четко поставленной целью обучения и соответствующим ей педагогическим результатом, которые могут быть обоснованы, выделены в явном виде и характеризуются учебно-познавательной направленностью. Создание ситуаций успеха на занятиях по программе является одним из основных методов воздействия на эмоциональную сферу детей, представляет собой специально созданные педагогом учебные ситуации, в которых ребёнок добивается хороших результатов, что ведёт к возникновению у него чувства уверенности в своих силах и ощущения доступности самого учебного процесса.

2.3. Формы аттестации

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные игры, а также участие в районных соревнованиях по волейболу.

Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Способы проверки ЗУН учащихся:

- начальная диагностика;
- промежуточная диагностика;
- итоговая аттестация.

Формы подведения итогов программы:

- тестирование;
- контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки;
- соревнования.

Способы фиксации результата:

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.
3. Дневники достижений.

Общие требования проведения контрольных испытаний

В качестве тестов должны использоваться те упражнения, которые позволяют оценивать все основные качества по общей физической, специальной физической и технической подготовке. При определении уровня подготовленности необходимо предварительно:

1. Определить цель тестирования;
2. Обеспечить стандартизацию измерительных процедур;
3. Выбрать тесты с высокой надёжностью и информативностью, техника выполнения которых сравнительно проста и не оказывает существенного влияния на результат;
4. Освоить тесты настолько хорошо, чтобы при их выполнении основное внимание было направлено на достижение максимального результата, а не на стремление выполнить движение технически правильно;
5. Иметь высокую мотивацию на достижение максимальных результатов в тестах.

Обязательным условием является контроль состояния здоровья при проведении тестирования. Болезнь или незначительная травма помешает показать истинные возможности. Соблюдение всех этих условий обязательно, но особое внимание при проведении тестирования следует уделять созданию такого психологического настроя, который позволил бы полностью выявить истинные возможности каждого обучающегося. Этого можно добиться, приблизив условия тестирования к соревновательным условиям, в которых обычно демонстрируют наивысшие результаты.

При проведении тестирования следует обратить внимание на соблюдение и создание единых условий выполнения упражнений для всех тестируемых. Эффективность контроля зависит от стандартности проведения тестов и измерения в них результатов. Для этого необходимо стандартизировать методику тестирования:

1. Режим дня, предшествующего тестированию, должен строиться по одной схеме;
2. Разминка перед тестированием должна быть стандартной по длительности, подбору упражнений, последовательности их выполнения;
3. Тестирование по возможности должны проводить одни и те же исследователи;

4. Схема выполнения теста остаётся постоянной от тестирования к тестированию;
5. Интервалы между повторениями одного и того же теста должны ликвидировать утомление, возникающее от первой попытки;
6. Тестируемый должен освоить тесты настолько хорошо, чтобы при их выполнении основное внимание было направлено на достижение максимального результата, и стремление показать максимально возможный результат. Такая мотивация реальна, если в ходе тестирования создаётся соревновательная обстановка.

Рекомендации проведения контрольных упражнений. Упражнения по ОФП выполняются в спортивной обуви без шипов. Упражнения по СФП и ТП выполняются в игровой форме и обуви. Эффективность контроля зависит от стандартности проведения сдачи контрольных упражнений и измерения в них результатов.

Все беговые и прыжковые упражнения выполняются по правилам соревнований по лёгкой атлетике на дорожке стадиона или манежа. Беговые упражнения выполняются с высокого старта. Время старта фиксируется на секундомере по началу движения испытуемого. На выполнение даются 2–3 попытки, кроме контрольных упражнений: бег на результат. Учитывается лучший результат. Показанный результат оценивается по 5-балльной шкале. По сумме баллов, набранных во всех контрольных упражнениях, судят об уровне подготовленности (ФП, СП, ТП). Показанный результат выполненного контрольного упражнения, оцениваемый в 2 балла и ниже, является лимитирующим звеном в структуре подготовленности, и на его совершенствование должен быть сделан акцент, как в командных, так и в индивидуальных занятиях. Если двигательное качество оценивается тремя баллами (соответствует среднему уровню), то для совершенствования данного качества должны организовываться индивидуально-самостоятельные занятия. Оценка 4–5 баллов свидетельствует о высоком уровне развития качества, которое рассматривается как ведущее (компенсаторное) звено в структуре подготовленности.

Карта умений и навыков учащихся объединения «Футбол» МБОУ «ЯСШ № 7»

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Основные сведения о значении и развитии физической культуры	Основные базовые действия, развивающие основные группы мышц	Навык выполнения комплекса специальных упражнений	Навыки совместного взаимодействия с партнерами по игре	Развитие посредством игры внимания, памяти, восприятия окружающего	Культура общения, ведения диалога	Уровень развития коммуникативных навыков группового взаимодействия	Итого – в %		
									+	*	–
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
11.											
12.											
13.											
14.											
15.											

Условные обозначения: «+» умеет и делает хорошо; «*» делает недостаточно хорошо; «-» не умеет делать.

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Варюшин В. В., Лопачев Р.Ю. Первые шаги в футболе. Методическое пособие. – Москва, РФС: Искусство наука и спорт, 2015.
2. Грибачева М. А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания. - Москва, 2011.
3. Грибачева М. А., Анисимова М. В. Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (Модуль «Футбол») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования. - Москва, 2020.
4. Годик М.А., Мосягин С. М., Швыков И.А., Котенков И. А. Поурочная программа подготовки юных футболистов. - Нижний Новгород: РА «Квартал», 2012.
5. Золоторев А.П., Гакаме Р.З., Григорьев С.В., Лавриченко В.В. Теоретический минимум тренера детско-юношеского футбола. Учебно-методическое пособие. – Краснодар: Просвещение-Юг, 2019.
6. Иванов О.Н. Этапы многолетней подготовки юных футболисток. Учебно-методическое пособие. Моск. гос. акад. физ. культуры. – Малаховка, 2018.
7. Иванов О.Н., Типовая программа спортивной подготовки для групп спортивно-оздоровительного этапа и этапа начальной подготовки (мальчики и девочки 5-6, 7-9 лет) по виду спорта «Футбол» - Москва: ФиС, 2020.
8. Колодницкий Г.А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. Внеурочная деятельность учащихся. – Москва: «Просвещение», 2011.
9. Кузнецов А. А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - Москва, 2020.
10. Лапшин О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – Москва: «Спорт», 2010.
11. Лапшин О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – Москва: «Спорт», 2014.
12. Массовый футбол. Организационно-методическое пособие для преподавателей уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях и тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ. – Москва: РФС, 2012.

Рекомендуемая литература:

1. Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А. И. Комплекс упражнений для тренировки юных футболистов. Учебно-методическое пособие. – Москва: РФС, 2015.
2. Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в образовательных школах на основе футбола в режиме продлённого дня 1–4 класс. – Москва: РФС, 2021.
3. Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в образовательных школах на основе футбола в режиме продлённого дня 5–9 класс. – Москва: РФС, 2021.

4. Методические рекомендации по реализации модуля «Футбол» учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях. Раздел «Знания о футболе» 1–4 класс. – Москва: РФС, 2021.
5. Полишкис М.С., Выжгин В.А. «Футбол». Учебник для институтов физической культуры. – Москва: Физкультура, образование и наука, 1999.
6. Шагин Н. И. Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов. Учебно-методическое пособие. – Москва: РФС, 2020.

Перечень интернет-ресурсов

1. <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/> - Федеральные стандарты
2. http://ducperevoz.ucoz.ru/programm/programma_futbol_bezhaev.pdf - Модуль «Футбол»
3. <http://www.fizkulturavshkole.ru/> - Физкультура в школе
4. <https://www.rfs.ru/projects/russian-football/nasha-smena#> - Методика РФС
5. <https://fc-zenit.ru/video/academy-lessons/> - Академия «Зенит»
6. <https://www.youtube.com/playlist?list=PLEM5PAFWBmabCIz-VEH1hSTPLWm2ZyoIT> – Академия «Краснодар»

ПРИЛОЖЕНИЯ.

Приложение 1

КАЛЕНДАРНО—ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема занятия	Дата	
		По плану	По факту
1 2	ТБ во время тренировки. Общеразвивающие упражнения. Удары внутренней стороной стопы.		
3 4	ОРУ. История развития футбола в России. Удары внутренней стороной стопы.		
5- 6	Правила игры. ОРУ. Удары внутренней стороной стопы.		
7 8	Подготовка площадки и инвентаря. Упражнения с набивным мячом.		
9 10	Личная гигиена и режим. Акробатические упражнения. Удары по неподвижному мячу.		
11 12	Упражнения с набивным мячом. Техника передвижения. Удары по неподвижному мячу.		
13 14 15	Акробатические упражнения. Прыжки с двух ног. Удары головой.		
16 17	ОРУ. Техника передвижения. Совершенствование ударов внутренней стороной стопы.		
18 19 20	Упражнения в висах и упорах. Удары на точность.		
20 21	Равномерный бег. Удары внутренней стороной подъёма.		
22 23 24	Челночный бег. Бег с ускорением. Удары внутренней стороной подъёма.		
25 26	Акробатические упражнения. Удары внешней стороной подъёма.		
27 28 29	Легкоатлетические упражнения. Ведение мяча. Удары внешней стороной подъёма.		
30	Упражнения с набивными мячами.		

31 32	Вбрасывание мяча. Удары на точность.		
33 34 35	ОРУ. Техника передвижения. Ведение мяча. Удары на точность.		
36 37	ОРУ. Кувырки вперёд и назад. Удары на точность.		
38 39 40	Упражнения с набивным мячом. Игра в ручной мяч.		
41 42 43	Упражнения для развития стартовой скорости. Остановка и ведение мяча.		
44 45	Упражнения с набивными мячами. Удары на точность.		
46 47	Кувырки вперёд и назад. Удары по мячу с места и разбега.		
48 49 50	Упражнения в висах и упорах. Остановка и ведение мяча.		
50 51	Техника передвижения. Бег с изменением скорости.		
52 53 54	Техника передвижения. Удары внутренней стороной стопы.		
55 56	Прыжки вверх толчком с двух ног. Удары головой в прыжке.		
57 58	Техника передвижений. Удары внешней стороной стопы.		
59 60	Прыжки вверх толчком с одной ноги. Удары головой в прыжке.		
61 62 63 64	Акробатические упражнения. Техника игры вратаря.		
64 65 66 67	Упражнения в висах и упорах. Вбрасывание мяча. Удары головой без прыжка.		
68 69 70	Лёгкоатлетические упражнения. Техника передвижений. Ведение мяча.		
71 72	Подвижные игры и эстафеты.		

73			
74			
75	Упражнения для развития ловкости. Техника игры вратаря.		
76			
77			
78			
79	Упражнения для развития дистанционной скорости. Групповые действия.		
80			
81			
82			
83			
84	Упражнения для развития быстроты. Обманные движения.		
85			
86			
87	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Финты.		
88			
89			
90	Тактика нападения. Групповые действия.		
91			
92	Упражнения с набивным мячом. Вбрасывание мяча. Удары по мячу головой.		
93			
94	Акробатические упражнения. Удары по мячу головой. Техника игры вратаря.		
95			
96			
97	Подвижные игры и эстафеты. Ручной мяч.		
98			
99			
100	Упражнения для развития дистанционной скорости. Техника передвижений.		
101			
102			
102	Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу головой.		
103			
104			
105	Тактика защиты. Отбор мяча. Техника игры вратаря.		
106			
107	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Обманные движения.		
108			
109	Тактика защиты. Отбор мяча. Групповые действия.		
110			
111	Упражнения с набивным мячом. Удары по мячу ногой.		
112			
113	Акробатические упражнения. Удары по мячу головой.		
114			
115	Лёгкоатлетические упражнения. Остановка и		

116	ведение мяча. Тактическая подготовка.		
117	Упражнения для развития ловкости. Удары		
118	по мячу ногой. Тактика вратаря.		
119	Техника передвижений. Остановка и ведение		
120	мяча.		
121	Упражнения в висах и упорах. Вбрасывание		
122	мяча. Техника игры вратаря.		
123	Остановка и ведение мяча. Обманные		
124	движения. Индивидуальные действия.		
125	Тактическая подготовка. Групповые		
126	действия. Подвижные игры.		
127	ОРУ без предметов. Остановка и ведение		
128	мяча.		
129	Упражнения с набивным мячом.		
130	Вбрасывание мяча. Техника игры вратаря.		
131	Акробатические упражнения. Удары по мячу		
132	головой.		
133	Упражнения в висах и упорах. Вбрасывание		
134	мяча. Отбор мяча.		
135	Техника передвижений. Отбор мяча.		
136	Индивидуальные действия.		
137	Остановка и ведение мяча. Обманные		
138	движения. Индивидуальные действия.		
139	Лёгкоатлетические упражнения. Техника		
140	передвижений. Удары на точность.		
141	Лёгкоатлетические упражнения. Остановка и		
142	ведение мяча. Удары на точность.		
143	Подвижные игры и эстафеты. Спортивные		
144	игры.		
145	Упражнения для развития быстроты.		
146	Техника передвижений. Удары головой.		
147	Сдача нормативов. Подведение итогов		
148			
149			
150	Контрольные игры		
151	Контрольные игры		
152	Контрольные игры		
153	Контрольные игры		

Приложение 3

План воспитательной работы на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Мероприятия	Дата проведения	Место проведения	Количество участников	Отметка о выполнении
1.	15 сентября. Всероссийский день бега		Спортзал Кабинет 5		
2.	5 октября. Всемирный день учителя		Спортзал Кабинет 5		
3.	9 декабря. День героев Отечества.		Спортзал Кабинет 5		
4.	16 декабря. Национальный день спорта		Спортзал Кабинет 5		
5.	10 декабря. Всемирный день футбола		Спортзал Кабинет 5		
6.	23 февраля. День защитника Отечества		Спортзал Кабинет 5		
7.	18 марта: День воссоединения Крыма с Россией		Спортзал Кабинет 5		
8.	4 апреля. День освобождения Ялты от немецко-фашистских захватчиков.		Спортзал Кабинет 5		
9.	1 мая: День весны и труда		Спортзал Кабинет 5		
10.	9 мая: День Победы		Спортзал Кабинет 5		
11.					
12.					
13.					
14.					

Приложение 4

Материально-техническое обеспечение кружка:

Наименование учебных материалов	Единица измерения	Количество
Секундомер	шт	2
Фишки (конусы)	шт	10
Корзина для хранения мячей	шт	2
Скакалка	шт	20
Утяжелитель для ног	шт	6
Утяжелитель для рук	шт	6
Сетка для хранения мячей	шт	2
Манишка	шт	20
Скамья гимнастическая	шт	2
Гантель тип 1	шт	2
Гантель тип 2	шт	2
Гантель тип 3	шт	2
Гантель тип 4	шт	2
Гантель тип 5	шт	2
Насос воздушный для накачивания мячей	шт	2
Ворота футбольные	шт	4
Мяч футбольный тип 1	шт	10
Мяч футбольный тип 2 (минифутбольный)	шт	10