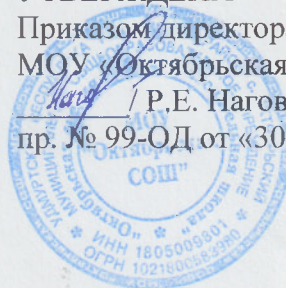


427617, Удмуртская республика,
Глазовский район,
с. Октябрьский, ул. Школьная, д. 6А
МОУ «Октябрьская СОШ»
тел. 8(34141) 9-95-68
E-mail: oktyabrskayasosh@gla.udmr.ru

ПРИНЯТА
Решением педагогического совета
протокол № 1
от «27» августа 2024 г

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
МОУ «Октябрьская СОШ»
_____/ Р.Е. Наговицын
пр. № 99-ОД от «30» августа 2024 г



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Футбол»

Направление: физкультурно-спортивное

Возраст: 15 лет

Срок реализации: 1 год

Количество часов в неделю: 1 часа

Количество часов: 34 часа

Количество групп: 1 группа

Составитель: Э.Н. Чибышев

с. Октябрьский
2024г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность с общекультурным 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 – неперенный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние. 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.

1.2.Актуальность программы

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 физкультурнооздоровительной и спортивной работы. В формировании логического и системного мышления занятие «Футбол» способно сыграть существенную роль. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение футбольного матча, позволяет отнести футбол не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа помимо узко - специальных задач учитывает именно эти возможности обучения игре футбол.

1.3. Отличительные особенности программы, её новизна.

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.

1.4. Объем и срок реализации программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Процесс обучения связан с освоением основных правил футбольной игры и принципов ведения четких технических действий, изучение футбольной тактики. Программой предусмотрено обучение 1 часа в неделю, 34 учебных недели с сентября по май включительно. Предлагаемый режим занятия 1 раз в неделю (1 час равен 40 мин).

1.5. Цель и задачи.

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.

1.6. Условия реализации программы.

Занятия проводятся в групповой форме.

- условия набора в коллектив: принимаются все желающие в возрасте до 16 лет на основании заявлений родителей на зачисление в объединение.

- условия формирования групп: разновозрастные;

- количество детей в группе: списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей

реализации программы или по норме наполняемости: на 1-м году обучения - не менее 10 человек;

- особенности организации образовательного процесса: продолжительность и режим занятий для групп: 1 раза в неделю по 1 учебному часу. При подготовке к соревнованиям возможна организация индивидуальных занятий по специальному графику.

- формы проведения занятий: Уроки (лекции), как теоретическое объяснение учебного материала. Практические занятия в форме: практических занятий, игры, соревнований, турниров;

- формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение учебного материала). Движения от простого к сложному выстраивают логику освоения основных тематических разделов программы. Это делает процесс обучения органичным и непринужденным;

- групповая: организация работы в группах; индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранном матче или в тренировочном процессе.

- индивидуальная: организуется для работы с детьми, с целью подготовки их участие в различных футбольных турнирах, соревнованиях.

- материально-техническое оснащение программы:

1) оборудованный спортивный зал;

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.;

13) кабинет с проектором и экраном с выходом в сеть Интернет.

- кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий опыт работы – не менее 1 года.

1.7. 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 быстроменяющейся 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 результаты:

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-организационны

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. Распределение часов на разделы и темы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и

практического материала, упражнения и комплексы упражнений различных разделов и тем в одном занятии.

Ожидаемые результаты обучения по программ

После обучения по программе у учащихся будут:

сформированы умения выполнения новых видов двигательных видов деятельности в футболе, умения применять их в быстроменяющейся обстановке; знания о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации; знания об истории и развитии физической культуры и спорта; сформированы умения использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития; сформированы умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования; развиты координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений и кондиционные (скоростно-силовые, скоростные, выносливость, сила и гибкость) способности; сформирован индивидуальный двигательный режим; сформированы навыки самоконтроля и самоорганизации; сформированы нравственные качества: упорство и настойчивость, стремление к достижению цели, взаимопомощь и взаимовыручка, умение выходить из конфликтных ситуаций во время игры.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	История возникновения футбола	1	1		
2	Правила безопасности во время занятий иных футболистов	1	1		
3	Правила игры в футбол (основные понятия)	1	1		
4	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю	1	1		
5	Техническая подготовка	15		15	
6	Тактическая подготовка	2		2	
7	Физическая подготовка	5		5	
8	Подвижные игры и эстафеты	3		3	
9	Игра в футбол малыми составами	3		3	
10	Соревнования. Контрольные испытания	2		2	
	Итого:	34	4	30	

III. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.

3.1. Оценочные материалы.

Оценочные материалы — методика, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов. Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль. Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в

объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе. Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года. Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе. Для определения результативности обучения проводится мониторинг в форме соревнований и физических и технических нормативов. Для оценки обучающихся используется бальная система.

Критерии оценки обучения

1. Оборудование и инвентарь

1. 1 очко - учащийся слабо знает названия оборудования и инвентаря.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает названия оборудования и инвентаря.
3. 3 очка - учащийся твердо знает названия оборудования и инвентаря.

2. Правила игры в футбол

1. 1 очко - учащийся слабо знает правила футбола.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает правила футбола.
3. 3 очка - учащийся твердо знает правила футбола.

3. Нормативы

Бег 60 м, прыжок в длину/высоту, челночный бег, бег 1 км, бег 2 и 3 км, подтягивание, отжимания, пресс, метание, тройной прыжок. Оценка нормативов зависит от возраста ребенка.

4. Тактика

Игра 3:3, игра 4:4

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.
2. 2 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, не активно применяет их при игре.
3. 3 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, активно применяет их при игре.

5. Техника

Жонглирование, передачи внутренней и внешней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внешней стороной стопы

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.

2. 2 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более ½, не активно применяет их при игре.

3.3 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более ½, активно применяет их при игре.

Общая оценка: Высокий уровень - не менее 15 очков. Средний уровень – не менее 10 очков.

Низкий уровень – не менее 5 очков.

3.2. Методические материалы.

3.2.1. Методические материалы для тренера-преподавателя.

Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978. Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985. Брилль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980. Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

3.2.2. Методические материалы для обучающихся.

Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск). Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978. Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1881. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006 г.

Календарно-тематическое планирование.

№	Содержание	Колво часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	Ведение мяча с быстрым изменением движения	1		
2	Передача мяча в движении	1		
3	Обманные движения на скорости	1		
4	Ведение мяча с уходом от преследования	1		
5	Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы	1		
6	Обыгрыш один на один	1		
7	Обыгрыш быстро сближающегося защитника	1		
8	Обводка защитников в изменяющейся обстановке.	1		
9	Отработка коротких передач внутренней и внешней сторонами стопы.	1		
10	Отработка различных коротких передач в движении	1		
11	Отработка ответного паса в движении	1		
12	Отработка коротких передач. Двигаясь спиной вперёд	1		
13	Короткая передача с лёта	1		
14	Короткие передачи в движении	1		
15	Ритмичная смена ног при выполнении передачи	1		
16	Отработка остановки мяча и своевременности короткого паса	1		
17	Быстрый пас и остановка мяча	1		
18	Короткий пас в движении	1		
19	Обработка мяча и точность передачи	1		
20	Отработка удара после розыгрыша стенки	1		
21	Отработка удара с близкого расстояния с лёта или полулёта	1		

22	Удар подъёмом	1		
23	Отработка ударов с обеих ног	1		
24	Удар в ворота после обводки	1		
25	Отработка удара головой в падении	1		
26	Удар головой на силу и точность	1		
27	Удар головой в прыжке	1		
28	Контроль мяча при игре головой	1		
29	Финт «ложный замах на удар».	1		
30	Финт «ложная остановка».	1		
31	Финт «пробрось мяч».	1		
32	Финт «уход с мячом».	1		
33	Финт «выпад в сторону».	1		
34	Финт «оставь мяч партнеру».	1		