

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа № 417  
Петродворцового района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
Решением педагогического Совета  
Протокол № 7  
От «29» августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА  
Приказ № 90  
от «29» августа 2019г.  
директор ГБОУ школы № 417  
 М.Б. Трофимова



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«ФУТБОЛ»**

Возраст учащихся: 7 – 15 лет

Срок реализации: 2 года

РАЗРАБОТЧИК:  
Трофимов Сергей Юрьевич,  
педагог дополнительного образования

## **Пояснительная записка**

Программа «Футбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, предусматривает техническую, тактическую, психологическую подготовку и учитывает возрастные особенности учащихся. Уровень подготовки – базовый.

Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни. Физическая культура призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

### **Актуальность программы**

В соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей, содержание дополнительных образовательных программ ориентировано на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Актуальность программы в том, что она направлена на удовлетворение потребностей учащихся в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление. Тем более, что футбол является одним из наиболее популярных игровых видов спорта, привлекательность которого обусловлена возможностью заниматься им по месту жительства.

Футбол как вид спорта обладает мощным социально-культурным потенциалом.

Доступность и увлекательность, высокая эмоциональность, многообразие двигательных действий и значительные функциональные нагрузки позволяют использовать данную спортивную игру как одно из средств физического и психологического развития школьников. Кроме того, в сочетании с другими видами физических упражнений футбол и его элементы могут эффективно использоваться в различных формах физической культуры, что позволяет добиваться эффективного решения задач всестороннего развития школьников, заложить основу самостоятельной двигательной деятельности. Содержание программы направлено на формирование у школьников основ здорового образа жизни, активное вовлечение в регулярные занятия спортом и самостоятельную организацию своего досуга.

Движение для ребёнка – это естественное состояние, это средство познания мира. Школьная среда немилосердно подавляет двигательную потребность ребёнка, а урок физической культуры не в состоянии целиком заполнить образовавшийся вакуум.

Внеклассные занятия физической культурой и спортом в рамках образовательной программы «Футбол» можно рассматривать как предоставление учащимися возможностей для получения дополнительного образования в ходе занятий избранным видом спорта.

### **Адресат программы**

Программа предназначена для учащихся 7-15 лет дети, имеющие мотивацию к занятиям спортом, спортивную подготовку по программам основного образования и не имеющие медицинских противопоказаний.

### **Цель программы:**

формирование у учащихся потребности к саморазвитию, здоровому образу жизни, развитие физических, нравственных способностей; формирование условий для достижения уровня спортивных успехов через занятия футболом.

### **Задачи программы:**

#### **1. Обучающие**

-обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;

- овладение техническими и тактическими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре;

- обучение основам индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- освоение базовых знаний в области игры в соответствии с правилами футбола;

## **2. Развивающие**

- развитие силы, выносливости мышц, скоростные возможности, координационные способности,
- содействие гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья учащихся,
- формировать культурно-гигиенические навыки.

## **3. Воспитательные задачи.**

- содействовать становлению и развитию у учащихся потребности в отношении к собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности, пропаганда здорового образа жизни.
- воспитывать у учащихся дисциплинированность, решительность, чувство коллективизма, развивать лидерские качества и честность.
- воспитание культуры;
- формирование поведения в обществе.

## **Условия реализации программы**

### **Условия набора и формирования групп**

Программа рассчитана на двухлетнее обучение детей от 7 до 15 лет.

Количество детей в группе составляет 15 человек – 1 год обучения, 12 человек – 2 год обучения.

Прием детей в группы с различным уровнем начальной физической подготовленности проводится на добровольной основе по заявлению родителей (законных представителей) без конкурсного отбора при отсутствии у детей медицинских противопоказаний к занятиям активным спортом. В процессе обучения может быть осуществлен добор учащихся на основании возраста по собеседованию.

Группы могут быть разновозрастными с учетом психолого-возрастные особенностей учащихся. Учитываются ранее приобретенные навыки и индивидуальные способности каждого учащегося.

## **Особенности реализации образовательного процесса.**

### **Сроки реализации и режим занятий**

Данная программа рассчитана на 2 года обучения, всего 288 часов

1 год обучения 144 часа. Занятия проводятся по 2 часа 2 раза в неделю (всего 4 часа в неделю), 2 год обучения 144 часа. Занятия проводятся по 2 часа 2 раза в неделю (всего 4 часа в неделю).

### **Формы организации деятельности воспитанников на занятии:**

- групповые,
- занятия по подгруппам,
- учебно-тренировочные.

### **Формы проведения занятий:**

- беседа,
- инструктаж (как общий, так и личный),
- занятие-игра,
- спортивная диагностика
- соревнования

### **Методы используемые на занятиях:**

- словесный
- практический (игра)
- наглядный (просмотр телевизора, видеозаписи футбольных матчей)
- методы проверки знаний, умений, навыков( отслеживание результативности- тестирование, общие оценки команды).

### **Учебно-методическое обеспечение**

1. Инструкция по технике безопасности при занятиях спортом.
2. Видеоматериалы (записи футбольных матчей, как профессионалов, так и собственные игры)
3. Книги и методическая литература;
4. Спортивные игры.

### **Материально-техническое обеспечение**

1. спортивный зал
2. спорт площадка (футбольное поле)
4. Раздевалка.
5. Мячи футбольные (10-15 штук)
6. Секундомер.
7. Маты.
8. Мячи набивные (5 штук)
9. Стойки, флажки
10. Конусы

## **Планируемые результаты**

### **Личностные результаты**

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлого и настоящего многонационального народа России; знание культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, традиционных ценностей многонационального российского общества;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, деятельности.

### **Предметные результаты**

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.
- 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;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

### **Метапредметные результаты**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках

предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

### Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	Вводное занятие.	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Входной контроль. Сдача нормативов
<b>2</b>	Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России.	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Педагогическое наблюдение
<b>3</b>	Правила игры в футбол.	<b>2</b>	<b>2</b>	-	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>4</b>	Общая и специальная физическая подготовка.	<b>40</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>5</b>	Техника игры в футбол.	<b>60</b>	<b>10</b>	<b>50</b>	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>6</b>	Тактика игры в футбол.	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	Зачетное занятие
<b>7</b>	Игры и соревнования	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>8</b>	Контрольные и итоговые занятия	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Промежуточная аттестация
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>34</b>	<b>110</b>	

### Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1</b>	Вводное занятие.	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	Входной контроль. Сдача нормативов
<b>2</b>	Организация и судейство соревнований	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>3</b>	Общая и специальная физическая подготовка.	<b>40</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>4</b>	Техника игры в футбол.	<b>60</b>	<b>10</b>	<b>50</b>	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>5</b>	Тактика игры в футбол.	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	Зачетное занятие
<b>6</b>	Игры и соревнования	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	Текущий контроль. Педагогическое наблюдение
<b>7</b>	Контрольные и итоговые занятия	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	Итоговый контроль.
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>32</b>	<b>112</b>	

### Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.	25.05	36	72	144	2 занятия по 2 часа в неделю
1 год	01.09.	25.05	36	72	144	2 занятия по 2 часа в неделю