

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4»
(МБОУ СОШ №4)**

СОГЛАСОВАНО:
Методическим (педагогическим) советом
Протокол №1
от «3» июня 2024 года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 0879038491d2afe8737cafb0f37f4840
Владелец: Репский Василий Михайлович
Дата подписи: 15.04.25 15:27
Действителен: с 2025-03-31 до 2026-06-24

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора МБОУ СОШ №4
от «9» июня 2024 года №102-ОД
В.М. Репский



Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной
направленности
«Футбол»

Возраст обучающихся: 8-14 лет
Срок реализации: 1 год
648 часов

Город Ханты-Мансийск, 2024 год

1. Пояснительная записка

Введение

1.1. Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» разработана на основе и с учетом Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012 (последняя редакция); Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации №1008 от 29.02.2013 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (последняя редакция); Приказа Министерства просвещения Российской Федерации №196 от 9.11.2018 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Письма Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 "О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей"; Письма Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации»; Письма Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций"; а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области спорта.

Футбол - олимпийский, перспективный, динамично развивающийся вид спорта. Занятия футболом способствуют решению социально - культурных и психологических задач, встающих перед подростками и юношеством. Игра в футбол - одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе изучения предмета «Футбол» у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретение привычки заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так

как укрепляют здоровье

1.2. Направленность

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа направлена на многолетнее воспитание, оздоровление, привитие интереса к занятиям спортом и подготовку резервов юных футболистов. При разработке программы были использованы личный опыт обучения и тренировки юных футболистов, результаты научных исследований по вопросам медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики и физиологии, гигиены и психологии, а также практический опыт коллег.

1.3. Актуальность

Игра в футбол является одним из самых массовых и доступных видов спорта. В футбол могут играть как дети младших возрастов, так и люди довольно зрелого возраста. Как мужчины, так и женщины. Для этой игры не требуется дорогостоящего инвентаря, достаточно иметь мяч, ворота и небольшую площадку. Играть можно на небольшой площадке, так и на других покрытиях. Например, в «квадрат», «300». Как командой из 3 человек, так и в четверках, пятерках. Из-за зрелищности спортивных соревнований, эмоциональности и доступности практически людям всех возрастов, игра привлекает всё больше и больше поклонников. При освоении приёмов игры в начальной стадии не требуется особых умений, навыков и высоких нагрузок, что, отчасти, и привлекает интерес к занятиям данным видом спорта. Это же и подчёркивает оздоровительный характер. Эту игру любят и играют в неё миллионы людей, собираются целые стадионы.

1.4. Цель и задачи программы:

Цель программы - подготовка физически крепких, координированных, развитых духовно, дисциплинированных, доброжелательных юных спортсменов, готовых к социально-значимым видам деятельности. А также популяризация и развитие футбола с целью организации досуга детей.

Задачи программы:

Образовательные

- формирование двигательных качеств;
- получение новых знаний.
- обучение игре в футбол (техника, тактика).

Развивающие

- развитие физических навыков;
- закаливание характера;
- развитие эстетических качеств (красивая осанка, культура движений).
- развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики футбола.

Воспитательные

- воспитание интереса детей к спорту и приобщение их футболу;
- воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и в коллективе (подвижные игры, мини-футбол)
- воспитание силы воли, самоорганизованности, дисциплины, дружелюбности.

1.5. Отличительная особенность программы:

Отличительная особенность программы заключается в том, что при системном подходе процесс подготовки рассматривается, в первую очередь, в оздоровительном аспекте от первоначального отбора, и при выявлении интереса к данному виду спорта, до завершения спортивной деятельности футболиста с учетом единства тренировок, соревнований и усиливающих их эффект восстановительных действий.

Программа организована согласно содержанию и соответствует «ознакомительному» (начальному) уровню сложности.

1.6. Характеристика программы:

Содержание модуля направлено формирование интереса к естественным наукам: биологии, химии, генетики.

Содержание модуля включает лекционные занятия, позволяющие получить представление о развитии биологических наук, технологиях, современной практике для определения познавательной самостоятельности школьников.

Метапредметные результаты соответствуют требованиям к результатам образования действующего ФГОС ООО, ФГОС СПО.

1.7. Адресат программы:

*Модуль рассчитан на обучающихся __8-14__ лет (__2 -7__ классы).
Наполняемость группы 15 человек.*

1.9. Объем модуля:

- объем – 648 академических часов.

- срок реализации программы 2024 – 2025 годы

1.10. Периодичность и продолжительность занятий 3 часа

1.11. Уровень освоения модуля: стартовый.

1.12. Планируемые результаты

Будут знать: Основы формирования двигательных качеств

Будут уметь: Грамотно работать с мячом и взаимодействовать с партнерами.

Будут владеть: Техникой и тактикой игры в футбол.

Будут проявлять: Умения соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и в коллективе (подвижные игры, мини-футбол)

Будут развиты:

- развитие физических навыков;
- закаливание характера;
- развитие эстетических качеств (красивая осанка, культура движений).
- развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики футбола.

1.13. Формы контроля и подведения итогов реализации программы

Формы контроля и способы определения результативности освоения программы.



2. Организационно-педагогические условия реализации программы

2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место и время проведения	Форма контроля
	Раздел 1. Вводное занятие.	1			
1	Введение в предмет. Инструктаж по ТБ. Правила соревнований, место занятий. История развития футбола.	1	комбинированная		опрос
	Раздел 2. Общая физическая подготовка	15			
5-10	Упражнения на развитие общей выносливости.	3	комбинированная		
11-19	Упражнения на развитие скорости и координации	4	комбинированная		
20-28	Упражнения для развития силы, скоростно-силовой	4	комбинированная		

	выносливости				
29-47	Упражнения для развития взрывной силы.	3	комбинированная		
48	Контрольные нормативы	1	групповая		КН по ОФП
	Раздел 3. Специальная физическая подготовка	30			
49-53	Упражнения для быстроты передвижения	8	групповая		учебная игра
54-58	Падения и подкаты	2	групповая		учебная игра
59-63	Упражнения для развития игровой ловкости и выносливости. Работа с фишками, барьерами	12	групповая		учебная игра
64-65	Подвижные игры (ручной мяч)	4	групповая		учебная игра
66-67	Упражнения для развития специальной выносливости. Игра. КН.	3	групповая		учебная игра
68	Контрольные нормативы	1	групповая		контрольные нормативы по СФП
	Раздел 4. Техническая подготовка	31			
69-73	Упражнения на технику.	7	групповая		
74-78	Передачи и прием мяча	6	групповая		
79-83	Удары по воротам.	4	групповая		
84-90	Игра в нападении	6	комбинированная		учебно-тренировочная игра
91-98	Игра в защите	6	комбинированная		учебно-тренировочная игра
98-100	Контрольные нормативы	2	индивидуальная		КН по СФП
	Раздел 5. Тактическая подготовка.	10			
101-106	Индивидуальные действия при передачах	2	индивидуальная		тренировочная игра
107-112	Индивидуальные действия при приеме	2	индивидуальная		тренировочная игра
113-118	Система игры.	5	комбинированная		помощь в судействе
119-120	Контрольные нормативы	1	индивидуальная		КН по ТП
	Раздел 6. Интегральная подготовка	20			
121-124	Упражнения по технике	1	комбинированная		тренировочная игра

125-129	Задания по тактике и технике.	1	комбинированная		тренировочная игра
130-134	Индивидуальные и групповые действия.	1	комбинированная		тренировочная игра
134-138	Командные действия в игре.	1	комбинированная		тренировочная игра
138-140	Контрольные нормативы	1	групповая		КН по ИП

2.2. Календарный план

Начало учебного года	02.09.2024
Окончание учебного года	31.05.2025
Количество учебных недель	34 недели
Количество часов в год	102 часа
Продолжительность занятия (академический час)	45 мин.
Периодичность занятий	3 раза в неделю.
Промежуточная аттестация	25 декабря - 30 декабря 2024 года, 28 мая - 30 мая 2025 года
Объем и срок освоения программы	102 часов, 1 год обучения
Режим занятий	В соответствии с расписанием

2.3. Содержание обучения

Введение. «Профессии будущего»

Теория: Перспективные отрасли и профессии на ближайшие 15–20 лет. Активно-развивающиеся отрасли, новые технологии, продукты, практики управления и новые специалисты, которые потребуются работодателям.

Практическое задание: Выполнение задания на платформе google-диск.

2.4. Условия реализации модуля:

2.4.1. Материально-техническое обеспечение:

1. Помещение, отводимое для занятий, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным

доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий группы в 18-20 человек. Для проветривания помещений должны быть предусмотрены форточки. Проветривание помещений происходит в перерыве между занятиями.

2. *Общее освещение кабинета лучше обеспечивать люминесцентными лампами в период, когда невозможно естественное освещение.*

3. *Рабочие столы и стулья должны соответствовать ростовым нормам.*

4. *Специальное оборудование: Мячи, Ворота с сеткой, Свисток, Конусы, Фишки.*

2.4.2. Программное обеспечение:

Онлайн пакет офисных продуктов	https://docs.google.com	Требуется регистрация
Онлайн сервис для проведения видеоконференций	https://meet.google.com/	Требуется регистрация
Электронно-образовательные ресурсы		
Видеохостинг	https://www.youtube.com/	Не требуется регистрация, доступ по ссылке

2.5. Кадровое обеспечение:

Тренировочные занятия проводит тренер по футболу Шаповал Александр Сергеевич. Общий педагогический стаж тренера 19 лет.

2.6. Информационные источники:

1. Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа. В 2 ч. Ч.2, 3-е изд. -М.: Просвещение (Стандарты второго поколения), 2010

2. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. –М.: Просвещение, (Стандарты второго поколения), 2010

3. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся, В.И.Лях, А.А.Зданевич; Волгоград: Учитель, 2012

4. Внеурочная деятельность учащихся. «Футбол». Работаем по новым стандартам. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов., М.: Просвещение, 2011

5. Спорт в школе. Футбол. И.А. Швыков. «Терра спорт»., Москва 2002

6. Шаг за шагом. Все о тренировке юного футболиста. М. Мукиан, Д. Дьюрст., М.: Астрель АСТ, 2007

7. Общеразвивающие упражнения. И.П. Залетаев, С.А. Полиевский. Москва: «Физкультура и спорт», 2002

8. Подвижные игры 1-4 классы, А.Ю. Патрикеев; Москва: ВАКО, 2007. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, Москва «Издательство НЦ ЭНАС» 2006