

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №236 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
имени Героя Советского Союза Ивана Морозова**

Принята

решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №236
Протокол № 1
от «31» августа 2023 года



Приказ № 99/6 от «31» августа 2023г.

Директор ГБОУ СОШ №236

К.Ю.Самойлович

**Дополнительная общеразвивающая программа
«ФУТБОЛ»**

срок освоения: 7 месяцев
Возраст обучающихся: 7 - 10 лет

Автор-составитель программы:
педагог дополнительного образования
Павлов Иван Михайлович

Санкт-Петербург
2023

Нормативные документы

- Федеральный закон № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ № 304-ФЗ от 31.07.2020 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (проект);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
 - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 30.06.2020 № 16 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19);
 - Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 25.12.2019 № Р-145 «Методология (целевая модель) наставничества обучающихся для организаций, осуществляющих образовательную деятельность по общеобразовательным, дополнительным общеобразовательным и программам среднего профессионального образования, в том числе с применением лучших практик обмена опытом между обучающимися»;
 - Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга № 617-р от 01.03.2017 г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
 - Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.01.2020 № 105-р «Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы»;

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «Футбол» имеет:

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Адресат программы.

Программа «Футбол» адресована учащимся школы в возрасте 7-10 лет общеобразовательной школы, занимающихся в системе дополнительного образования.

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

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. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников. Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Отличительные особенности программы. Основным преимуществом программы является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности. 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. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в футбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Уровень освоения – общекультурный.

Объем и срок освоения программы: программа рассчитана на 7 месяцев. Семь месяцев обучения в количестве 28 недель, всего 112 часов, 2 раза в неделю по 2 учебных часа (45 мин), перерыв между занятиями 10 минут.

Цель:

формирование и развитие физических способностей и навыков учащихся, формирование моральных и волевых качеств через обучение технике и тактике игры в футбол в доступной форме. Воспитание навыков для самостоятельных занятий и умений вести здоровый образ жизни; развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол.

Задачи программы:

Обучающие – обучение двигательным умениям и навыкам, овладение основами технических элементов и тактических приемов игры в футбол, приобретение необходимых знаний в области физической культуры, по вопросам техники и тактики игры, а также изучение правил игры и порядок проведения соревнований.

Развивающие – гармоничное физическое развитие учащихся, воспитание и развитие двигательных способностей (быстроты, ловкости, силы и выносливости), повышение работоспособности, укрепление здоровья занимающихся и профилактика различных заболеваний;

Воспитательные – воспитание потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, воспитание нравственных и волевых качеств характера (смелость, настойчивость, упорство, терпение, воля и др.), также воспитание позитивных межличностных отношений между игроками в команде (поддержка, взаимовыручка, уважение).

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 получат возможность научиться:
- применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстромеменяющейся 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

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 *получат 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 получат 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-организационные 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.

Программа подготовки предусматривает этапы:

- начальной подготовки (6-8 лет);
- учебно-тренировочный (9-10 лет).

Организация и проведение тренировочного процесса на этапе начальной подготовки предполагает систематический учет динамики возрастного и индивидуального развития учащихся.

На начальном этапе подготовки (6-8 лет) игроков в лапту решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья;
- всестороннее физическое развитие;
- привитие интереса к занятиям футболом;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе комплексных упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр;
- обучение основам техники и тактики;
- привитие навыков участия в игровом процессе и соревновательной деятельности;
- отбор способных детей в учебно-тренировочные группы.

На этапе начального обучения занятия должны быть направлены в основном, на развитие общей физической подготовленности с широким использованием разнообразных и доступных средств с целью выявления задатков учащихся.

В группах (9-10 лет) обучения происходит:

- совершенствование навыков двигательных действий и в их вариативном использовании в учебных занятиях;
- расширение двигательного опыта учащихся посредством движений различной координационной сложности;
- расширение границ двигательной активности учащихся за счет развития их физических способностей;
- активизация и совершенствование основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти и наглядно-действенного мышления.

Наиболее важными в учебно-тренировочных группах являются упражнения общего воздействия, направленные на разностороннюю подготовку, на укрепление опорно-двигательного аппарата и воспитание скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, гибкости и общей (аэробной) выносливости.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

К условиям реализации дополнительной общеразвивающей программы относятся:

Язык реализации программы: в соответствии со ст. 14 ФЗ-273 образовательная деятельность может осуществляться на государственном языке РФ.

Форма обучения: очная

Условия набора в коллектив: Принимаются все желающие (с 7 до 10 лет) на основе заявления

родителей. В начале учебного года в ходе массовой работы объявляется набор учащихся, желающих заниматься по данной программе.

Условия формирования групп: одновозрастные

Количество обучающихся в группе: Списочный состав групп формируется в соответствии с учетом санитарных норм. В группе одного года обучения – 15 человек.

Формы организации занятий: в соответствии с п.9 Порядка занятия в объединениях проводятся по группам. Программой предусмотрены аудиторские занятия – занятия в пределах спортивного зала, задания выполняются под непосредственным руководством тренера.

Формы проведения занятия: основной формой организации деятельности в дополнительном образовании является учебное занятие. Могут быть использованы другие формы: встреча, игра, мастер-класс, праздник, презентация, соревнование, турнир.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- *фронтальная:* работа тренера со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение);

Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение; *Наглядные:* показ, исполнение педагогом, наблюдение; *Практические:* тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

- *групповая:* организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) организация работы по малым группам, в парах, тройках;

- *коллективная:* одновременная работа всех – разучивание упражнений, соревнование командами;

- *индивидуальная:* работа с одаренными, солистами, отстающими, оказание индивидуальной помощи

Материально-техническое оснащение:

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;

- мячи футбольные (12-15 шт);

- футбольные мини – ворота;

- форма для занятий по футболу;

- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);

- мячи для метания ;

- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);

- гимнастическая стенка «шведская»;

- гимнастические скамейки;

- маты гимнастические;

- скакалки;

- гимнастические палки;

- секундомер;

- канат;

- свисток.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, тренер по футболу, педагог с соответствующим профилю объединения образованием и опытом работы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	1	1	Педагогическое наблюдение, начальная диагностика способностей
2.	Теоретическая подготовка. Знания о футболе	8	8		Педагогическое наблюдение, беседы направленные на выявление воспитанности, опросы.
3.	ОФП	16	4	12	Педагогическое наблюдение, анализ результатов общественно полезной деятельности
4.	Специальная подготовка	20	4	16	Педагогическое наблюдение, создание педагогических ситуаций для изучения поведения учащихся
5.	Техническая подготовка	16	4	12	Педагогическое наблюдение, анализ результатов общественно полезной деятельности
6.	Тактическая подготовка	16	4	12	Педагогическое наблюдение, опыт практической деятельности (освоение способов деятельности: умения и навыки)
7.	Игровая подготовка	28	2	26	Педагогическое наблюдение, создание педагогических ситуаций для изучения поведения учащихся, самоанализ
8.	Соревнования	6		6	Педагогическое наблюдение, турнир, соревнование, беседы с родителями, фиксация результата
9.	ИТОГО:	112	27	85	

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №236 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
имени Героя Советского Союза Ивана Морозова**

Принята

решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №236
Протокол № 1
от «31» августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 99/б от « 31» августа 2023г.
Директор ГБОУ СОШ №236
_____ К.Ю.Самойлович

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программ	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.10.2023	30.04.2024	28 недель	56	112ч	2 раза в неделю по 2 часа

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №236 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
имени Героя Советского Союза Ивана Морозова**

Принята

решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №236
Протокол № 1
от «31» августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 99/б от « 31» августа 2023г.

Директор ГБОУ СОШ №236
_____ К.Ю.Самойлович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«ФУТБОЛ»

Возраст учащихся 6-8 лет.

1 группа

На этапе начального обучения занятия должны быть направлены в основном, на развитие общей физической подготовленности с широким использованием разнообразных и доступных средств с целью выявления задатков учащихся. Методика организации образовательного процесса предусматривает включение разнообразных игровых технологий, использование различных видов деятельности: познавательной, творческой, игровой, их комбинирование, а также активное вовлечение семьи. В результате через развитие коммуникативных умений и раскрытие творческого потенциала, стимулирование навыков самостоятельной работы создаются условия для личностного роста учащегося.

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;

– 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.

Ожидаемые результаты обучения по программе

После обучения по программе у учащихся будут:

– сформированы умения выполнения новых видов двигательных видов деятельности в футболе, умения применять их в быстромеменяющейся 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.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

6-8 лет (группа № 1)

Раздел № п/п	Тема занятия, краткое содержания	Количество часов				Дата пла нир уем ая	Дата факти ческая
		Очно		Дистанционно			
		план	факт	план	факт		
Вводное занятие							
1.	Инструктаж по ТБ. Комплектование групп. Ознакомление	1					
Теоретическая подготовка							
2.	История зарождения футбола	1					
3.	Футбольный словарь терминов и определений. Состав команды, функции игроков в команде, роль капитана	1					
4.	Современные правила игры в футбол. Размер футбольного поля, инвентарь и оборудование.	1					
ОФП							
5.	Общая физическая подготовка. Развитие ловкости и быстроты	1					
6.	Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений.	1					
7.	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов игрока.	1					
8.	Общая физическая подготовка. Подвижные игры с мячом	1					
9.	Общая физическая подготовка. Эстафеты с элементами футбола.	1					
10.	Контрольное тестирование по ОФП	1					
Специальная подготовка							
11.	Упражнения для развития силы	1					
12.	Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.	1					
13.	Упражнения для развития ловкости	1					
14.	Упражнения для развития специальной выносливости.	1					
15.	Круговая тренировка	1					
16.	Эстафеты на развитие физических и специальных качеств.	1					
17.	Способы индивидуального регулирования физической нагрузки	1					
18.	Разносторонняя физическая подготовка	1					
19.	Упражнения для развития быстроты	1					

20.	Подвижные игры специальной направленности: «Реакция и быстрота движений», « Смена направления и скорости»	1					
21.	Контроль качества и результатов выполнения сформированного двигательного навыка (1					
Техническая подготовка							
22.	Техника передвижения: бег, прыжки.	1					
23.	Техника передвижения: остановки, повороты.	1					
24.	Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча.	1					
25.	Ведение внутренней частью подъема, средней частью подъема.	1					
26.	Ведение внутренней стороной стопы в ходьбе, беге по прямой, по кругу, восьмеркой, между стоек.	1					
27.	Удары ведущей ногой (внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема) по прямой, на короткие и средние расстояния.	1					
28.	Удары ведущей ногой по лежащему, катящемуся, прыгающему, летящему на встречу мячу.	1					
29.	Удары ведущей ногой по мячу по различным траекториям - низом, –верхом.	1					
30.	Остановка мяча ногой – подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, внутренней частью подъема.	1					
31.	Остановка мяча туловищем – грудью, животом.	1					
32.	Обманные движения (финты): «уходом» - выпадом, переносом ноги через мяч.	1					
33.	Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время владения мяча,	1					
34.	Отбор мяча: ударом ногой, остановкой ногой, в выпаде.	1					
35.	Выполнение ударов: начального, углового, штрафного, свободного.	1					
36.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1					
37.	Техника владения мячом игры вратаря: стойка вратаря, ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча.	1					
Тактическая подготовка							
38.	Элементарные тактические действия: в парах, в тройках.	1					
39.	Элементарные тактические действия: забегания, смещения.	1					
40.	Простейшие тактические действия во время игр с уменьшенным составом (2х2;3х3;)	1					
41.	Простейшие тактические действия во время игр с уменьшенным составом (4х4;5х5;)	1					
42.	Игровые позиции на футбольном поле (вратарь, защитники, полузащитники, нападающие)	1					
43.	Тактические действия с учетом игровых амплуа в команде.	1					
44.	Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам	1					

Игровая подготовка							
45.	Игровая подготовка	1					
46.	Учебно-тренировочная игра	1					
47.	Взаимодействие игроков в команде	1					
48.	Игра с индивидуальными заданиями. Комбинации из освоенных элементов	1					
49.	Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи. Правила судейства. Учебная игра с самостоятельным судейством.	1					
50.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владение мячом Комбинации из освоенных элементов Учебно-тренировочная игра.	1					
51.	Учебная игра с применением самостоятельных технико-тактических приемов. Закрепление командных тактических действий.	1					
52.	Контрольные игры с заданиями. Контрольные игры с заданиями - установками на игру и последующим анализом игры. Задания строятся на основе изученного материала	1					
53.	Учебно-тренировочная игра. Игра уменьшенными составами (4х4 (3, 2, 1), х3 (1)).. Игры полным составом: с командами, равными по силам, более слабыми или сильными	1					
Соревнования, дружеские встречи							
54	Соревнования по технико-тактической подготовке. Выполнение приемов игры, где главными критериями являются точность полета мяча при выполнении передачи, подачи, нападающего	1					
55	Соревнования по подвижным играм. Спортивные игры, эстафеты, в которых проявляются быстрота реакции и ответных действий, быстрота перемещения и переключения в действиях, ловкость.	1					
56	Итоговая учебно-тренировочная игра.	1					
	ИТОГО:	56					

Содержание разделов программы 1-й год обучения

1. Теоретические сведения

Теория:

- Правила техники безопасности и поведения на занятиях футболом;
- Правила игры в футбол (размеры поля для игры в футбол, правила игры, полевых игроков и вратаря, выполнение штрафных ударов, классификация и терминология технических приемов игры в футбол);
- Значение здорового образа жизни (режима дня в жизнедеятельности человека, питание в сохранении и укреплении здоровья);
- Гигиенические требования (гигиена жилья, места учебы, отдыха и занятий спортом, личная гигиена, гигиена одежды и обуви);
- Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека (значение утренней гимнастики и закаливающих процедур, понятие о правильной осанке);
- Оказание первой медицинской помощи при травмах.
- Понятие о тактике и тактические комбинации, характеристики игровых действий вратаря, защитников, полузащитников, нападающих, индивидуальные

и групповые тактические действия; - Правила подвижных и спортивных игр, требования к проведению спортивных эстафет. 2.Общефизическая подготовка.

Теория: Занятия физическими упражнениями в режиме дня. Всестороннее развитие человека. Влияние физических упражнений на развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы организма, двигательного аппарата человека.

Практика: Бег. Прыжки, прыжковые упражнения в движении. Общеразвивающие упражнения на месте, в движении. Упражнения с набивными мячами. Общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения). Общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону). Общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук). - Эстафеты с мячом; с предметами на развитие ловкости, быстроты, координации движения.

3. Специальная подготовка

Теория: Занятия физической культурой в домашних условиях. Оценка учащимися своего самочувствия и уровня физической подготовленности.

Практика:

- Удары по мячу ногой - внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема

- Удары по мячу в движении - по неподвижному и катящемуся мячу, после остановки мяча, ведение и рывки на короткие и длинные расстояния, удары по летящему мячу, удары на точность в ноги партнера, ворота, цель или движущемуся партнеру;

- Удары по мячу головой – серединой лба, без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему мячу, на точность партнеру и в ворота;

- Остановка мяча ногой – подошвой и внутренней стороной стопы, катящегося и опускающегося мяча, грудью, на месте и в движении;

- Ведение мяча – внешней и внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы, по прямой с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, без сопротивления защитника, ведущей и неведущей ногой;

- Обманные движения – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону;

- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде;

- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага, на точность под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру.

4. Техническая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений. Техника безопасности.

Практика:

- Стойки игрока - перемещения в стойке приставными шагами, боком и спиной вперед, ускорение, старты из различных положений;

- Техника передвижения – бег по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом в сторону с поворотами и остановками, выпадом и прыжками на две ноги, прыжки вверх с толчком двух ног, с места и толчком одной с разбегом);

- Техника игры вратаря – основная стойка вратаря, передвижение в воротах без

мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча без падения и в падением, перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность, выбивание ногой с земли и с рук на точность;

- Техника свободного нападения.

5. Тактическая подготовка

Теория: Просмотр соревнований профессиональных спортсменов, учебных видеофильмов. Домашние задания и их выполнение.

Практика:

Тактика нападения:

→ Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);

→ Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);

→ Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);

→ Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

Тактика защиты:

→ Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);

→ Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);

→ Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);

→ Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).

- Позиционные нападения без изменения позиций игроков;

- Нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1, с атакой и без атаки ворот.

6. Игровая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при игре. Техника безопасности.

Практика:

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;

- Игра и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2 и 3:3. «Регби»;

- «Квадрат»;

- «Пятнашки с ведением мяча»;

- «Броуновское движение

7. Соревнования – участие в соревнованиях по футболу согласно календарю соревнований. Зачетные занятия, педагогическое тестирование, открытые занятия, показательные выступления.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №236 Фрунзенского района Санкт-Петербурга
имени Героя Советского Союза Ивана Морозова**

Принята

решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №236
Протокол № 1
от «31» августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 99/б от « 31» августа 2023г

Директор ГБОУ СОШ №236
_____ К.Ю.Самойлович

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«ФУТБОЛ»

Возраст учащихся 9-10 лет.

2 группа

В группах (9-10 лет) обучения происходит: совершенствование навыков двигательных действий и в их вариативном использовании в учебных занятиях; расширение двигательного опыта учащихся посредством движений различной координационной сложности; расширение границ двигательной активности учащихся за счет развития их физических способностей; активизация и совершенствование основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти и наглядно-действенного мышления.

Наиболее важными в учебно-тренировочных группах являются упражнения общего воздействия, направленные на разностороннюю подготовку, на укрепление опорно-двигательного аппарата и воспитание скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, гибкости и общей (аэробной) выносливости.

Методика организации образовательного процесса предусматривает включение разнообразных игровых технологий, использование различных видов деятельности: познавательной, творческой, игровой, их комбинирование, а также активное вовлечение семьи. В результате через развитие коммуникативных умений и раскрытие творческого потенциала, стимулирование навыков самостоятельной работы создаются условия для личностного роста учащегося.

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;
- 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.

Ожидаемые результаты обучения по программе

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.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

9-10 лет (группа № 2)

Раздел № п/п	Тема занятия, краткое содержания	Количество часов				Дата планиру емая	Дата фактичес ая
		Очно		Дистанционно			
		план	факт	план	факт		
Вводное занятие							
1.	Инструктаж по ТБ. Комплектование групп. Ознакомление	1					
Теоретическая подготовка							
2.	История зарождения футбола	1					
3.	Футбольный словарь терминов и	1					

	определений. Состав команды, функции игроков в команде, роль капитана						
4.	Современные правила игры в футбол. Размер футбольного поля, инвентарь и оборудование.	1					
ОФП							
5.	Общая физическая подготовка. Развитие ловкости и быстроты	1					
6.	Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений.	1					
7.	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов игрока.	1					
8.	Общая физическая подготовка. Подвижные игры с мячом	1					
9.	Общая физическая подготовка. Эстафеты с элементами футбола.	1					
10.	Контрольное тестирование по ОФП	1					
Специальная подготовка							
11.	Упражнения для развития силы	1					
12.	Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.	1					
13.	Упражнения для развития ловкости	1					
14.	Упражнения для развития специальной выносливости.	1					
15.	Круговая тренировка	1					
16.	Эстафеты на развитие физических и специальных качеств.	1					
17.	Способы индивидуального регулирования физической нагрузки	1					
18.	Разносторонняя физическая подготовка	1					
19.	Упражнения для развития быстроты	1					
20.	Подвижные игры специальной направленности: «Реакция и быстрота движений», « Смена направления и скорости»	1					
21.	Контроль качества и результатов выполнения сформированного двигательного навыка (1					
Техническая подготовка							
22.	Техника передвижения: бег, прыжки.	1					
23.	Техника передвижения: остановки, повороты.	1					
24.	Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча.	1					
25.	Ведение внутренней частью подъема, средней частью подъема.	1					
26.	Ведение внутренней стороной стопы в ходьбе, беге по прямой, по кругу, восьмеркой, между стоек.	1					
27.	Удары ведущей ногой (внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема) по прямой, на короткие и средние расстояния.	1					
28.	Удары ведущей ногой по лежащему, катящемуся, прыгающему, летящему на встречу мячу.	1					
29.	Удары ведущей ногой по мячу по различным траекториям - низом, –верхом.	1					
30.	Остановка мяча ногой – подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью	1					

	подъема, бедром, внутренней частью подъема.						
31.	Остановка мяча туловищем – грудью, животом.	1					
32.	Обманные движения (финты): «уходом» - выпадом, переносом ноги через мяч.	1					
33.	Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время ведения мяча,	1					
34.	Отбор мяча: ударом ногой, остановкой ногой, в выпаде.	1					
35.	Выполнение ударов: начального, углового, штрафного, свободного.	1					
36.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1					
37.	Техника владения мячом игры вратаря: стойка вратаря, ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча.	1					
Тактическая подготовка							
38.	Элементарные тактические действия: в парах, в тройках.	1					
39.	Элементарные тактические действия: забегания, смещения.	1					
40.	Простейшие тактические действия во время игр с уменьшенным составом (2х2;3х3;)	1					
41.	Простейшие тактические действия во время игр с уменьшенным составом (4х4;5х5;)	1					
42.	Игровые позиции на футбольном поле (вратарь, защитники, полузащитники, нападающие)	1					
43.	Тактические действия с учетом игровых амплуа в команде.	1					
44.	Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам	1					
Игровая подготовка							
45.	Игровая подготовка	1					
46.	Учебно-тренировочная игра	1					
47.	Взаимодействие игроков в команде	1					
48.	Игра с индивидуальными заданиями. Комбинации из освоенных элементов	1					
49.	Правила проведения соревнований. Нарушения. Жесты судьи. Правила судейства. Учебная игра с самостоятельным судейством.	1					
50.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещения и владение мячом Комбинации из освоенных элементов Учебно-тренировочная игра.	1					
51.	Учебная игра с применением самостоятельных технико-тактических приемов. Закрепление командных тактических действий.	1					
52.	Контрольные игры с заданиями. Контрольные игры с заданиями - установками на игру и последующим анализом игры. Задания строятся на основе изученного материала	1					
53.	Учебно-тренировочная игра. Игра уменьшенными составами (4х4 (3, 2, 1), х3 (1)).. Игры полным составом: с командами, равными по силам, более слабыми или сильными	1					
Соревнования, дружеские встречи							
54	Соревнования по технико-тактической	1					

	подготовке. Выполнение приемов игры, где главными критериями являются точность полета мяча при выполнении передачи, подачи, нападающего						
55	Соревнования по подвижным играм. Спортивные игры, эстафеты, в которых проявляются быстрота реакции и ответных действий, быстрота перемещения и переключения в действиях, ловкость.	1					
56	Итоговая учебно-тренировочная игра.	1					
	ИТОГО:	56					

Содержание программы (9-10 лет)

1. Теоретические сведения

Теория:

- Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные с
- Правила техники безопасности на занятиях по футболу;
- История возникновения и развития игры в футбол;
- Основы здорового образа жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека истемы, костно-связочный аппарат и обмен веществ;
- О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты.

2. Общефизическая подготовка.

Теория: Занятия физическими упражнениями в режиме дня. Всестороннее развитие человека. Влияние физических упражнений на развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы организма, двигательного аппарата человека.

Практика: Общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения). Общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону). Общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук). Наклоны в различных исходных положениях самостоятельно и в парах. Махи ногами в различных направлениях с максимальной амплитудой. Эстафеты: с мячом; - с предметами на развитие ловкости, быстроты, координации движения.

3. Специальная подготовка

Теория: Занятия физической культурой в домашних условиях. Оценка учащимися своего самочувствия и уровня физической подготовленности.

Практика:

- Старты из различных положений;
- Бег с максимальной скоростью 30, 60 метров;
- Прыжки (в длину с места, на одной и двух ногах, через скакалку);
- Поднимание туловища из положения лежа;
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- Подтягивание на высокой перекладине.
- Ведение мяча – внешней и внутренней частью подъема, серединой подъема и носком, внутренней стороной стопы, по прямой с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, увеличивая скорость и закрывая мяч телом с пассивным сопротивлением защитника;
- Обманные движения – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве;
- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага, на точность и дальность под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру.

4. Техническая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при выполнении упражнений. Техника безопасности.

Практика:

Техника передвижения – бег по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом в сторону с поворотами и остановками, выпадом и прыжками на две ноги, прыжки вверх с толчком двух ног, с места и толчком одной с 20 разбегом).

Техника игры вратаря – основная стойка вратарях, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча на выходе из ворот без падения и в падении, перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком, ладонями, пальцами рук без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, перевод мяча через перекладину ворот ладонями в прыжке, бросок мяча одной рукой из-за плеча с боковым замахом и снизу на точность, выбивание мяча ногой с земли и с рук на точность и дальность.

5. Тактическая подготовка

Теория: Просмотр соревнований профессиональных спортсменов, учебных видеофильмов. Домашние задания и их выполнение.

Практика:

Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);
- Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);
- Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);
- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);
- Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);
- Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);
- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).

- Тактика свободного нападения;

- Позиционное нападение с изменением позиций игроков;

- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1, с атакой и без атаки ворот.

6. Игровая подготовка

Теория: Определение и устранение типичных ошибок при игре. Техника безопасности.

Практика:

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;

- Тренировочные игры по футболу;

- Игра и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2 и 3:3.

- «Регби»;

- «Квадрат»;

- «Пятнашки с ведением мяча»;

- «Броуновское движение».

7. Соревнования – участие в соревнованиях по футболу согласно календарю соревнований (района, муниципального округа). Зачетные занятия, открытые

занятия, показательные выступления.

МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ Учебно-методический комплекс программы «ФУТБОЛ»

В рамках содержания первого раздела, обучающиеся получают теоретические знания о технике и тактике игры футбол. Знакомятся с гигиеническими требованиями к местам занятий и инвентарем, спортивной одежде и обуви. В ходе бесед и лекций занимающиеся знакомятся с основными правилами игры в футбол. Изучая наглядные пособия, дополнительную литературу, обучающиеся получают представления о судействе игры, о жестах судьи. На занятиях используется беседа с детьми, рассказ преподавателя, работа с дополнительной литературой. При изучении 2 и 3 разделов программы применяются как общеобразовательные методы, так и специфические, основанные на активной двигательной деятельности: метод регламентированного упражнения, игровой и соревновательный методы, словесные и сенсорные методы, а также различные средства: подготовительные упражнения, подвижные игры, игровые упражнения, учебные игры, соревнования. При занятии с учащимися данной возрастной группы большое значение имеет наглядность в обучении. Поэтому при изучении техники выполнения отдельных элементов необходимо использовать рассказ-показ, демонстрацию таблиц и рисунков изучаемого двигательного действия. Закрепление правильных способов выполнения изученных движений до стадии навыка, их дальнейшее совершенствование проводится посредством самостоятельных упражнений обучающихся.

УМК программы состоит из трех компонентов:

1. Учебные и методические пособия для педагога и учащихся;
2. Система средств обучения;
3. Система средств контроля результативности обучения.

Первый компонент включает в себя списки литературы и интернет-источников, необходимых для работы педагога и учащихся, а также сами учебные пособия.

Список литературы для использования педагогом:

Список литературы для педагога.

Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987

Закон РФ « Об образовании»

Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987

Конвенция ООН о правах ребенка.

Конституция Российской Федерации.

Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971

Требования к содержанию и оформлению образовательных программ

дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003

№ 28-02-484/16

Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980

Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980

Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981

Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986

Список литературы для детей.

Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985

Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981

Второй компонент – система средств обучения.

Организационно-педагогические средства:

- инструкции по технике безопасности
- дополнительная общеразвивающая программа, поурочные планы;
- методические рекомендации для педагогов проведению занятий по вопросам обучения игры в футбол;
- методические рекомендации для родителей по вопросам воспитания;

Дидактические средства

- карточки с общеразвивающими упражнениями;
- карточки со схемами технических действий;
- карточки с заданиями;
- видеозаписи с записью игр в футбол, различного уровня;
- видеозаписи техники выполнения упражнений;
- карточки с заданиями;
- иллюстрированный материал к темам программы:
- плакаты с изображением строения скелета человека и его мышц;
- фотографии спортсменов;
- картинки судейские жесты;
- словарь терминов по футболу;
- схемы спортивной площадки;
- картотека с играми;

Электронные образовательные ресурсы

- компьютерные презентации по темам программы;

Третий компонент – системы средств контроля результативности обучения по программе – служат:

- нормативные материалы по осуществлению групповых и массовых форм работы с учащимися (Положение по соревнованию в Футбол);
- диагностические и контрольные материалы (диагностические и информационные карты, анкеты для детей и родителей, задания по темам программы).

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы контроля и сроки проведения

Основной показатель работы секции по футболу- выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественных и качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестовых заданий и контрольных упражнений. Контрольные тестовый задания и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2-3 раза в год. В конце учебного года (в мае месяце) все обучающиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действиях.

Формы фиксации результатов реализации программы Программа предусматривает *промежуточную и итоговую аттестацию* результатов обучения обучающихся. В начале года проводится входное тестовое задание. 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. Итоговая аттестация проводится в конце первого года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в Футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения. В конце учебного года (в мае месяце) все обучающиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

Формы контроля и сроки проведения: опрос, тестовое задание, контрольная игра в пионербол, контрольные упражнения, контрольные зачеты, календарные игры.

Варианты контрольно-измерительных материалов: грамоты, дипломы, протоколы соревнований, видеосъемка, фотографии

Формы фиксации результатов реализации программы контрольные игры, контрольные упражнения, открытые занятия, контрольные зачеты, соревнования.

Форма фиксации результатов: диагностическая карта (заполняется в декабре и мае).

Формы подведения итогов реализации образовательной программы участие в соревнованиях, мероприятиях физкультурно-спортивной направленности, результативность (грамоты, дипломы и т.д.)

Способы проверки результатов.

В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся спортсменов и своевременного выявления пробелов в их подготовке, регулярно проводить комплексное тестирование юных спортсменов. Два раза в год (декабрь и май) в учебно-тренировочных группах проводятся контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке. Оценка физического развития производится на общепринятой методике биометрических измерений. Уровень подготовленности обучающихся выражается в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической и теоретической подготовленности.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. С этой целью используются варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные ведущими отечественными специалистами. Примерные варианты тестов и упражнений приведены в приложении. Одним из методов контроля эффективности занятий в секции является участие учеников в учебных, контрольных и календарных играх. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Календарные игры проводятся согласно плану игр районного и городского уровня.

Определение уровня физической подготовленности занимающихся: учитываются результаты испытаний на прыгучесть, быстроту перемещения, дальность метания набивных мячей и точность попаданий теннисным мячом, а также подтягивание из виса.

Определение уровня технической подготовленности: используется упражнения на точность попадания мячом при передачах, подачах, нападающих ударов.

Текущий контроль: наблюдение за тем, как проходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФУТБОЛУ

« » _____ 20 г.

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по футболу допускаются лица прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2. Во время занятий футболом могут возникнуть факторы риска получения характерных травм:

- при падении на твердом или мокром покрытии;
- при ударе мячом;
- при столкновениях;
- при наличии посторонних предметов на месте проведения уроков;
- при нахождении в зоне удара;
- при слабо укрепленных воротах;
- при игре без надлежащей формы и защитных приспособлений (щитки, бутсы и т.д.);
- при выполнении упражнений или игре без предварительной разминки; для предупреждения травматизма необходимо использовать средства защиты, учителю соблюдать методику обучения, а обучающимся, технику выполнения технических элементов игры.

1.3. У учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания доврачебной помощи при травмах и повреждениях.

1.4. Обучающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.

1.5. Занятия должны проходить на организованных для футбола местах (футбольное поле, открытая спортивная площадка, спортивный зал – для футзала), которые должны соответствовать техническим и санитарно-гигиеническим требованиям.

1.6. В холодную, ветреную, дождливую и снежную погоду занятия футболом на открытых полях проводятся с учетом всех негативных факторов.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную футбольную форму и обувь на нескользкой подошве.

2.2. Тщательно проверить отсутствие на футбольном поле, открытой спортивной площадке посторонних предметов, наличие ям, луж и т.д.

2.3. Подготовить инвентарь и оборудование необходимый для учебной

деятельности.

2.4. Провести разминку всех групп мышц.

2.5. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в футбол.

2.6. Коротко остричь ногти, снять все украшения (кольца, перстни, цепочки, браслеты, серьги, часы и т.д.)

2.7. Очки должны закрепляться резинкой и иметь роговую оправу.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Во время занятий на футбольном поле, открытой спортивной площадке не должно быть посторонних предметов и лиц.

3.2. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях обучающийся должен уметь применять приёмы самостраховки.

3.3. Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы.

3.4. За воротами в 10 метрах для открытых полей, 3 метров для спортивного зала, не должны находиться посторонние лица.

3.5. Все упражнения выполнять только по команде учителя.

3.6. Вспомогательный инвентарь и оборудование должны соответствовать возрастным, гендерным особенностям обучающихся.

3.7. Необходимо при формировании команд для учебных игр, учитывать уровни подготовленности каждого игрока. Четко регулировать дозированную нагрузку и периоды отдыха.

3.8. При температуре воздуха +100С одевать спортивный костюм.

3.9. Во время учебной и игровой деятельности использовать инвентарь и оборудование соответствующий техническим условиям.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

4.2. При проявлении первых признаков утомления необходимо снизить физическую нагрузку, провести восстанавливающие мероприятия.

4.3. При получении обучающимся травмы немедленно оказать ему доврачебную помощь, сообщить о случившемся администрации; при необходимости вызвать карету скорой помощи.

4.4. Все обучающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать доврачебную помощь.

4.5. В случае внезапного изменения погодных условий (сильный ветер, дождь и т.п.), занятия на футбольном поле, открытой площадке прекратить, а обучающихся завести в помещение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

- 5.1. Убрать спортивный инвентарь, оборудование в места для его хранения.
- 5.2. Если занятие проходило в спортивном зале выключить электроприборы, закрыть окна, фрамуги.
- 5.3. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
- 5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
- 5.5. Уходя в раздевалках и душевых выключить электроприборы, воду.
- 5.6. О всех недостатках, неполадках, обнаруженных во время занятия, игры, сообщить учителю, дежурному администратору.

Футбольный словарь основных терминов.

Автогол – мяч, забитый/перенаправленный игроком в ворота собственной команды.

Атака – последовательные игровые действия команды с целью забить гол в ворота соперника.

Бомбардир – результативный нападающий игрок.

Бутса – обувь для игры в футбол с шипами на подошве.

Быстрый гол – гол, забитый в первые минуты матча.

Ведение мяча – перемещение игрока с мячом, дриблинг.

Ворота – конструкция прямоугольной формы, которая состоит из двух стоек и перекладины,

располагающаяся по центру линии ворот на каждой половине поля, в которую команда стремится

забить мяч.

Вбрасывание мяча – способ возобновления игры, выполняемый игроком с места у боковой линии, где мяч покинул поле от игрока противоположной команды.

Вратарь - игрок, имеющий право играть в мяч руками в пределах штрафной площади своей команды, отличающийся также от других игроков цветом формы; голкипер.

Гетры – часть обязательной экипировки игроков, закрывающая ногу от щиколотки до колена.

Гол – мяч, забитый в ворота команды, при условии, что перед этим мяч был в игре и не были

нарушены Правила. Взятие ворот соперника.

Голевая передача (голевой пас) - пас игроку, непосредственно после которого был забит гол.

Дивизион – соревнования для команд, допущенных к участию по спортивному принципу. **Дисквалификация** - лишение футболиста или команды права принимать участие в играх на определенный срок.

Дополнительное время - часть матча, состоящая из двух равных таймов не более 15 минут каждый, играемых после окончания двух таймов основного времени.

Жеребьевка - определение порядка выступления футбольных команд в соревновании; способ определения судьей команды, имеющей право на начальный удар; способ определения судьей ворот, в которые будут выполняться удары с 11-метровой отметки для определения победителя матча.

Забегание — технический приём, при котором игрок без мяча пробегает мимо игрока с мячом и может получить от него пас.

Защитник — игрок линии защиты.

Искусственный офсайд — положение «вне игры», осознанно созданное игроками обороняющейся команды.

Капитан - игрок команды, носящий на рукаве повязку, который должен играть важную роль, помогая обеспечить уважение Правил и судейских решений, и который несет полную ответственность перед игрой посредством уважения судей и их решений. Капитан не имеет особого статуса и привилегий, однако

он несет ответственность за поведение своей команды.

Короткая передача - пас игрока своему партнеру на расстояние до 15 метров.

Ложный маневр - обманные действия группы игроков в ходе тактической комбинации.

Нападающий - игрок линии атаки (форвард). 82

Ничья - результат матча, при котором обе команды не забили голов или забили одинаковое количество.

Оборона - командные действия игроков с целью недопущения попадания мяча в собствен. ворота

Основное время - два равных тайма по 45 минут каждый (время которых может быть сокращено при наличии договоренности между командами и судьей и соответствии регламенту соревнований).

Отбор мяча - игровое действие в борьбе за мяч с соперником, в результате которого владение мячом переходит к игроку противоположной команды.

Офсайд - положение «вне игры».

Пас - передача мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды.

Пенальти - удар с 11-метровой отметки, способ возобновления игры, когда наказываемое штрафным ударом нарушение совершено в штрафной площади обороняющейся команды; выполняется с 11-метровой отметки с соблюдением определенных условий процедуры выполнения.

Переключина - часть каркаса ворот, соединяющая между собой верхние точки двух стоек ворот.

Перерыв - промежуток времени между таймами матча.

Перехват - игровое действие футболиста команды соперника, в результате которого мяч, направленный игроком противоположной команды своему партнеру, оказывается у этого игрока соперника.

Площадь ворот (вратарская площадь) - ограниченная область вокруг ворот, расположенная внутри штрафной площади. Из нее выполняется удар от ворот.

Предупреждение - дисциплинарная санкция, применяемая судьей по отношению к игрокам и официальным лицам команды за различные нарушения Правил; обозначается показом желтой карточки

Разбор игры - обсуждение того, как проходила встреча с соперником.

Свободный удар – разновидность штрафного удара, при котором прямое попадание мяча в ворота без касания другого игрока не засчитывается голом.

Стандартные положения - способы возобновления игры командой: начальный удар, вбрасывание, удар от ворот, угловой удар, штрафной, свободный, 11-метровый удар. Створ ворот - область пространства, ограниченная поверхностью земли, стойками и переключиной ворот.

Стенка - расположение игроков одной команды в ряд вплотную друг к другу с целью защиты своих ворот при некоторых стандартных положениях; расстояние от мяча до «стенки» составляет 9.15 м.

Судья - арбитр, рефери.

Технический прием – средство ведения игры.

УЕФА – Союз европейских футбольных ассоциаций (Union of European Football Associations).

Финт - обманное движение, обманный прием, исполненный футболистом.

ФИФА (FIFA) - руководящая организация, отвечающая за футбол во всем мире (сокращение от **Fédération Internationale de Football Association** – Международная Федерация Футбольных Ассоциаций).

Фол - нарушение Правил игры.

Футбол (англ. «foot» - нога, «ball» - мяч) - вид спорта; командная игра, в которой игроки стремятся ударами ноги забить мяч в ворота соперника.

Центральный круг (центр поля) — часть разметки футбольного поля в виде окружности радиусом 9.15 м вокруг центральной отметки поля.

Штанга (стойка ворот) - часть каркаса ворот, расположенная перпендикулярно поверхности поля; в верхней своей точке соединяется с перекладиной.

Штрафная площадь – ограниченная область, в пределах которой вратарь имеет право играть руками.

Штрафной удар - способ возобновления игры после определенного перечня нарушений Правил, с которого гол может быть забит ударом ноги по мячу напрямую в ворота соперника без касания другого игрока.

Эмблема - условное изображение, знак футбольного клуба, спортивной организации и пр

Карта умений и навыков учащихся объединения «Футбол»
 ОДОД ГБОУ школы № 236 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

___ группа ___ год реализации программы

Педагог дополнительного образования _____

№ 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.											
16.											
17.											

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

