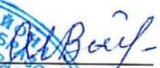


Отдел образования администрации Сатурского округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сатинская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена и рекомендована к
утверждению методическим советом
МБОУ «Сатинская СОШ»
протокол № 7 от 07.05.2025 г.

Утверждаю
директор МБОУ «Сатинская СОШ»
приказ от 07.05.2025 № 367

директор школы  И.В. Абрамова



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Стартовый уровень
Возраст учащихся: 9 - 14 лет
Срок реализации: 1 месяц

Автор-составитель:
Кичин Владимир Павлович
педагог дополнительного образования

Сатинка 2025г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

Ф.И.О	Кичин Владимир Павлович
Вид программы	общеобразовательная
Тип программы	модернизированная
Образовательная область	физическая культура
Направленность деятельности	физкультурно - оздоровительная
Способ освоения содержания образования	практический
Уровень освоения содержания образования	стартовый
Уровень реализации программы	дополнительное образование
Форма реализации программы	групповая
Продолжительность реализации программы	1 месяц

Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1 Пояснительная записка

Система физического воспитания в нашей стране имеет многолетний опыт становления и направлена на решение основных социально значимых задач: укрепление здоровья населения, физическое и двигательное развитие и воспитание высоких нравственных качеств. Особое внимание уделяется детскому возрасту, поскольку на этом этапе развития закладывается основа дальнейшего совершенствования и формируется потенциал физических возможностей, которые могут быть реализованы в различных сферах деятельности человека.

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения

Программа по футболу предусматривает проведение теоретических и практических занятий, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Основной показатель секционной работы дополнительного образования по футболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

Основной принцип работы в группах - универсальность. Исходя из этого, для групп начальной подготовки ставятся следующие частные задачи: укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности; укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости; обучение техники ведения игры.

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться футболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «Футбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

В условиях небольшого школьного зала посредством футбола достигается высокая двигательная активность большой группы детей, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности.

Развитие интеллекта спортсмена, его морально-волевых и нравственных качеств.

Педагогическая целесообразность программы Педагогическая целесообразность программы футбола, как и многие другие виды спорта, требует постепенного перехода от простого к сложному. Футбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта. Практика показывает эффективность ранней подготовки учащихся для формирования полноценного коллектива единомышленников и успешной работы на последующих этапах.

Отличительные особенности

Естественность движений. В основе футбола лежат естественные движения - бег, прыжки, броски, передачи.

Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, направленных на достижение победы, при участии обучающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы.

Принципы, лежащие в основе программы:

- доступность (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичность и гуманизм (взаимодействие воспитателя и воспитанника в социуме, реализация собственных творческих потребностей);

- научность (обоснованность, наличие методологической базы и
- теоретической основы);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы);
- учащийся применяет свои знания в выполнении творческих работ).

Адресат программы.

Программа предназначена для детей 9-14 лет.

Условия набора. В кружок принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Количество учащихся.

Количество учащихся в объединении определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН.

В группе 10-15 человек.

Численный состав учащихся в объединении может быть уменьшен при включении в него учащихся с ограниченными возможностями здоровья.

Направленность программы. Образовательная программа “Футбол” имеет физкультурно-спортивную направленность, по уровню освоения программа стартовая, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Программа по футболу предназначена для летних спортивных лагерей при общеобразовательных учреждениях.

Объем и сроки освоения программы

Программа рассчитана на один месяц обучения.

Форма и режим занятий.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Количество часов в месяц – 24

Форма и режим занятий

В процессе занятий используются различные формы занятий: традиционные, комбинированные и практические занятия.

В раздел практической работы входит и самостоятельная работа учащихся, как на занятии, так и в виде задания на дом.

Длительность учебного часа для воспитанников – 45 минут.

Форма организации деятельности учащихся: групповая.

Форма обучения - очная.

Методические условия реализации программы

Реализация типовой программы физкультурно-спортивной направленности требует традиционных и нетрадиционных форм и методов работы, направленных на создание оптимальных условий для достижения ожидаемых результатов в обучении, воспитании, развитии учащихся, удовлетворении их индивидуальных возможностей, потребностей, интересов, раскрытия личностного потенциала каждого.

Методы обучения по данной программе разнообразны. Наиболее эффективными можно считать следующие:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (осуществляется через беседы об основах техники ведения игры инструктажи о правилах поведения на занятиях);
- наглядный (показ учащимся образцов, приемов, техники выполнения основных приемов ведения игры);
- практический (последовательное освоение этапов ведения игры, выполнение практических заданий, самостоятельных работ, домашних заданий);
- объяснительно – иллюстративный (демонстрация учебных наглядных пособий, плакатов).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно – иллюстративный – учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично – поисковый – участие в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;
- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально – фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем и другие.

Методы диагностики личностного развития воспитанников:

- сравнение и анализ выполняемых упражнений, итоговый анализ
- полученных умений и навыков воспитанников за период обучения.

1.2 Цель и задачи программы

Цель:

Создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям футболом, формирование навыков здорового образа жизни, воспитание спортсменов - патриотов своей школы, своего села, своей страны.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить учащихся с интереснейшим видом спорта футбол, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физкультуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закалять организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка.
- расширение спортивного кругозора детей.

Воспитывающие:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;
- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников.

1.3. Содержание программы

Содержание программы отражается в учебном плане. Программа содержит перечень разделов и тем, количество часов по каждой теме с разбивкой на аудиторные (теоретические и практические виды занятий)

Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы, аттестации контроля
		Всего	Теория	Прак- тика	
1.1.	Правила игры в футбол, техника безопасности	1	0,5	0,5	Зачет
1.2.	Техническая подготовка	4	1	3	Зачет
1.3.	Тактическая подготовка	6	2	4	Камандный зачет
1.4.	Физическая подготовка	6	0	6	Тестиро- вание
1.5.	Сдача контрольных нормативов	2	0	2	Тестиро- вание
1.6.	Участие в соревнованиях	5	0	5	Соревнова- ния
	Итого	24	3,5	20,5	

Содержание учебного плана

Тема 1.1. Теоретическая подготовка

Теория: правила техники безопасности при проведении секционных занятий

Практика: правила соревнований по футболу.

Тема 1.2. Техническая подготовка

Практика: Обводка соперника. Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема. Удары по мячу головой, жонглирование мячом.

Тема 1.3. Тактическая подготовка

Практика: Выход для получения и отвлечения мяча. Атака ворота. Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Подстраховка. Переключение. Противодействие атаке в ворота. Система личной защиты

Тема 1.4. Физическая подготовка

Практика: Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. **СФП:** Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. Удар мяча после отбора с попаданием в цель. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

Тема 1.5. Участие в соревнованиях по футболу

Тема 1.6. Тестирование

1.4. Планируемые результаты

Результаты обучения

Результат образовательной деятельности.

Уметь: - Обводка соперника.

-Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема.

-Удары по мячу головой, жонглирование мячом.

-Выход для получения и отвлечения мяча.

-Атака ворот.

-Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Подстраховка. Переключение.

-Противодействие атаке в ворот. Система личной защиты

Знать: правила техники безопасности при проведении секционных занятий, правила соревнований по футболу

Результат воспитывающей деятельности

Воспитать деятельность, направленную на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающегося на основе

социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства

Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

2.1. Календарно-тематическое планирование (Приложение)

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия проводятся в спортивном зале школы и на школьном стадионе, где есть необходимое оборудование инвентарь, методическая литература для проведения занятий.

Методическое обеспечение

- Схемы и плакаты освоения техники футболиста.
- Правила футбола.
- Учебники по физической культуре

Методические

рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного поведения в спортивном зале и стадионе школы.
- Инструкции по охране труда.

Кадровое обеспечение

Программа может реализовываться учителями физической культуры имеющих среднее – специальное или высшее образование, без требований к уровню, профессиональной категории.

2.3. Формы аттестации

Способы проверки дополнительной образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- сдача контрольных нормативов по физической подготовке;
- участие в спортивных праздниках, конкурсах;
- участие в товарищеских встречах и соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации дополнительной программы

- спортивные праздники, конкурсы;

2.4. Оценочные материалы

В течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени усвоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов. Оценочные

материалы включают различные диагностические материалы (карты, тесты, индивидуальные и групповые задания. и т.д.) , разработаны критерии оценки.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

Личностные и метапредметные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

устойчивая мотивация к занятиям;

активизация творческого потенциала учащихся;

Предметные результаты: в процессе овладения данной дополнительной общеразвивающей программой учащиеся должны

Результаты обучения

Знать: правила игры в футбол, технику безопасности на занятиях.

Уметь: - Обводка соперника.

-Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема.

-Удары по мячу головой, жонглирование мячом.

-Выход для получения и отвлечения мяча.

-Атака ворот.

-Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Подстраховка. Переключение.

-Противодействие атаке в ворот. Система личной защиты

Формы контроля:

методы устного контроля – опрос;

метод визуального контроля – наблюдение педагогом за действиями учащихся;

методы практического контроля – контроль результатов самостоятельных, контрольных, практических работ (текущий инструктаж, заключительный инструктаж);

методы самоконтроля: взаимоконтроль, самоконтроль.

В программе использованы различные формы диагностики: наблюдение, собеседование, анкетирование, тестирование.

Методические материалы

Разделы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Форма занятий	Приемы и методы	Форма подведение итогов
Теоретическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Словесный	Зачет

Техническая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа	Зачет
Тактическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа, словесный	Коллективный зачет
Физическая	Мячи, спортивная форма	Командная, малыми группами, индивидуальные	Практическая самостоятельная работа	Контрольные тесты, соревнования

Список используемой литературы

Список литературы для педагога.

1. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 2017
2. Закон РФ « Об образовании»
3. Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 2014
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей.
8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.2017
9. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: 2014
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: 2015
11. 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.). – 2014
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 2016
13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984

Список литературы для детей.

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 2015
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.:2017
3. Правила игры в футбол. – М.: 2017

2.1. Календарный учебный график

№п/п	Форма занятий	Количество часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1.	Групповая	0,5	Правила техники безопасности при проведении секционных занятий	Спортзал	Зачет
2.	Групповая	0,5	Правила соревнований по футболу.	Спортзал, площадка	Зачет
			Техническая подготовка		
3.	Индивидуальная	1	Обводка соперника	Спортзал, площадка	Зачет
4.	Индивидуальная	1	Ведение, остановка внутренней стороной стопы	Спортзал, площадка	Зачет
5.	Индивидуальная	1	Остановка подошвой, грудью	Спортзал, площадка	Зачет
6.	Индивидуальная	1	Передача мяча	Спортзал, площадка	Зачет
			Тактическая подготовка		
7.	Групповая	1	Выход для получения и отвлечения мяча.	Спортзал, площадка	Зачет
8.	Групповая	1	Атака ворот.	Спортзал, площадка	Зачет
9.	Групповая	1	Заслон.	Спортзал, площадка	Зачет
10.	Групповая	1	Противодействие атаке в ворота	Спортзал, площадка	Зачет
11.	Групповая	1	Система личной защиты	Спортзал	Зачет
12.	Групповая	1	Подстраховка	Спортзал	Зачет
			Физическая подготовка		
13.	Групповая	1	Упражнения для шеи и туловища.	Спортзал	Зачет

14.	Группов ая	1	Наклоны, вращения, повороты головы	Спортзал	Зачет
15.	Группов ая	1	Упражнения для всех групп мышц.	Спортзал	Зачет
16.	Группов ая	1	Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты,	Спортзал, площадка	Зачет
17.	Группов ая	1	Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью	Спортзал, площадка	Зачет
18.		1	Удар мяча после отбора с попаданием в цель.	Спортзал, площадка	Зачет
19. 2 3	Группов ая	5	Участие в соревнованиях по футболу	Спортзал, площадка	Зачет
2 4	Группов ая	2	Тестирование	Спортзал	Зачет
ИТОГО		24			