

Департамент Смоленской области по образованию и науке  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 17 имени Героя Российской Федерации А.Б. Буханова»

Принято на заседании  
педагогического совета  
от «31»августа 2023 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
И.о. директора МБОУ «СШ№17  
им.Героя Российской Федерации  
А.Б.Буханова»  
М.М.Атрошенко  
Приказ № 51/2 от 31.08.2023 г.



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

Возраст обучающихся: 6-8 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Щелкунс Антонс

Смоленск  
2023

## **I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная программа «Футбол» является программой физкультурно-спортивной направленности, разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и образовательного учреждения:

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р;

- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Минтруда и социальной защиты населения Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

- Устав МБОУ «СШ №17 им. Героя Российской Федерации А.Б. Буханова».

**Актуальность программы:** программа состоит в том, что дети общаются между собой, получают положительные эмоции, совершенствуют двигательные навыки и действия. Получают заряд бодрости и здоровья, отвлекаются от негативных поступков во внеурочное и вечернее время.

**Педагогическая целесообразность:** является вовлечение подростком в систематические занятия футболом и их гармоничное физическое развитие.

**Новизна программы:** состоит в том, что программа для спортивных школ адаптирована для общеобразовательной школы.

**Адресат программы:** подростки в возрасте 6-8 лет.

### **Доступность программы для различных категорий детей**

Занятия по программе доступны для **отдельных категорий детей с ОВЗ и детей-инвалидов**. Это возможно, так как в учреждении создана доступная образовательная среда, при проведении занятий используются здоровьесберегающие педагогические технологии.

Программа предусматривает обучение **детей с выдающимися способностями**. При работе с этой категорией детей применяются элементы технологии разноуровневого обучения. Для этих обучающихся предусмотрено участие в конкурсах, фестивалях, выставках, соревнованиях, олимпиадах различного уровня.

Программа подходит для работы с **детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации**. При работе с этой категорией детей используется технология педагогической поддержки. Обучаться по программе имеют возможность **дети из малообеспеченных семей**, так как она не предусматривает приобретение дорогостоящих материалов и специального оборудования.

**Объем программы:** 36 часа.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Режим занятий:** 1 раза в неделю по 1 академическому часу продолжительностью 30 минут.

**Формы организации учебного процесса:** очная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**Виды занятий:**

1. Организационную часть, которая обеспечивает наличие спорт-инвентаря: мячей и др.
2. Разминку, при которой происходит подготовка всех функций организма к предстоящей деятельности.
3. Развитие физических качеств.
4. Отработка техники и тактики конкретного вида деятельности.
5. Подвижные игры, эстафеты.

**Цель программы:** Создание условий для воспитания физически здоровой гармонично развитой личности подростков, через систематические футбол.

**Задачи**

▪ **образовательные:**

- обучить технике и тактике игры в футбол.

▪ **развивающие:**

- развивать и усовершенствовать физические качества: силу, выносливость, скоростные качества.

- укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма.

▪ **воспитательные:**

- воспитание нравственных качеств, чувства товарищества и личной ответственности, сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.

**Планируемые результаты**

▪ **личностные:**

- развитие навыков взаимодействия и сотрудничества со сверстниками, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- готовность и способность к самообразованию и сознательное отношение к непрерывному физкультурному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.
- **метапредметные:**
  - умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее — ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач игровой и соревновательной деятельности;
  - формирование готовности и способности к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников о виде спорта «футбол».
  - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол; определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
  - умение самостоятельно определять цели игровой деятельности и составлять планы игровой (или соревновательной) деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать личную деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности.
- **предметные**
  - закрепление знаний об основных причинах травматизма, о правилах поведения и безопасности во время занятий, а также при подготовке, организации и в ходе соревнований по футболу;
  - продолжение совершенствования важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;
  - освоение техники выполнения упражнений, рекомендуемых футболистам для развития таких двигательных качеств, как сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и составления комплексов таких упражнений;
  - формирование практических навыков по освоению достаточно сложных технических приемов в игре без мяча (передвижение,

остановки, повороты, прыжки) и при владении мячом (удары по мячу ногами и головой; остановка мяча ногами, животом, грудью, головой; ведение мяча, выполнение финтов и ударов; отбор мяча перехватом, толчком и подкатом; вбрасывание мяча с места, с разбега и в падении);

- расширение представлений о специализированной технической и тактической подготовке вратарей;

### **Условия реализации программы:**

- Спортивный зал, футбольное поле.

### **Виды и формы контроля**

- ***Вводный контроль*** проводится в сентябре-месяце, в начале обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме педагогического наблюдения
- ***Текущий контроль*** осуществляется на каждом занятии. Он проводится в форме выполнения технических упражнений.
- ***Промежуточный контроль*** осуществляется 1 раз в год в декабре-месяце. Формы проведения: двухсторонняя игра.
- ***Итоговый контроль*** проводится в мае-месяце, в конце обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе. Он проходит в форме соревнования.

## **II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

<b>№</b>	<b>Название раздела, темы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Формы</b>
----------	-------------------------------	-------------------------	--------------

п/п		Всего	Теория	Практика	аттестации/к онтроля
1.	<b>Раздел 1. Знания о футболе</b>	4			
2.	<b>Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности</b>	20			
3.	<b>Раздел 3. Физическое совершенствование</b>	12			
<b>Итого:</b>		<b>36</b>			

### **III. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА**

#### **Раздел 1. «Знания о футболе»**

##### **Теория:**

Техника безопасности во время занятий футболом.

Физическая культура и спорт в России. Массовый народный характер спорта. Развитие футбола в России и за рубежом. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по футболу. Международные связи российских спортсменов. Олимпийские игры.

Российские спортсмены на Олимпийских играх. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионаты и Кубки России. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА; лучшие российские команды, тренеры, игроки. Принцип честной игры или фэйр-плей.

Правила игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды. Его права и обязанности. Планирование, организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по футболу. Судейская бригада: главный судья, 1-й судья, 2-й судья, 3-й судья, хронометрист, судья – информатор. Их роль в организации и проведении соревнований.

#### **Раздел 2. «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»**

**Теория:**

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение соревнований по футболу.

**Практика:**

Оценка техники осваиваемых специальных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений. Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

**Раздел 3. «Физическое совершенствование»*****Практика:******Общеразвивающие физические упражнения***

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.

***Спортивно-оздоровительная деятельность***

*Технические действия в игре.*

**Теория:**

Понятия спортивной техники. Классификация и терминология технических приёмов.

**Практика:**

Совершенствование техники ведения, остановки и отбора мяча; ударов по мячу.

*Тактические действия в игре.*

**Теория:**

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих).



## Практика:

Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении (атакующие комбинации флангом и центром). Тактика игры в защите (зонная, персональная опека, комбинированная оборона). Дневник спортсмена.

Соревнования по футболу.

## IV. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Месяц	Тема занятия	Форма занятия	Количество часов	Форма контроля
1	сентябрь	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. ОФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
2	сентябрь	История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры. ОФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
3	сентябрь	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	Групповые тренировочные	1	Текущий
4	сентябрь	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.	Групповые тренировочные	1	Текущий
5	сентябрь	Контрольные испытания. ОФП. Классификация и терминология технических приёмов.	Групповые тренировочные	1	Текущий
6	октябрь	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.	Групповые тренировочные	1	Текущий
7	октябрь	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.	Групповые тренировочные	1	Текущий
8	октябрь	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.	Групповые тренировочные	1	Текущий
9	октябрь	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.	Групповые тренировочные	1	Текущий
10	ноябрь	СФП Контрольные испытания.	Групповые тренировочные	1	Текущий

11	ноябрь	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.	Групповые тренировочные	1	Текущий
12	ноябрь	Обучение и совершенствование техники ведения мяча.	Групповые тренировочные	1	Текущий
13	ноябрь	Обучение и совершенствование техники обманных движений. Тактические варианты игры.	Групповые тренировочные	1	Текущий
14	декабрь	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	Групповые тренировочные	1	Текущий
15	декабрь	Учебная игра. ОФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
16	декабрь	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и Не ведущей ногой.	Групповые тренировочные	1	Текущий
17	декабрь	Судейская практика ОФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
18	декабрь	Подвижные игры с элементами футбола.	Групповые тренировочные	1	Текущий
19	январь	Обучение и совершенствование техники отбора мяча. Тактические действия в игре	Групповые тренировочные	1	Текущий
20	январь	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча. СФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
21	январь	ОФП. Контрольные испытания	Групповые тренировочные	1	Промежуточный
22	февраль	Обучение и совершенствование техники игры вратаря. СФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
23	февраль	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию.	Групповые тренировочные	1	Текущий
24	февраль	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.	Групповые тренировочные	1	Текущий
25	март	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.	Групповые тренировочные	1	Текущий

26	март	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков.	Групповые тренировочные	1	Текущий
27	март	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.	Групповые тренировочные	1	Текущий
28	март	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.	Групповые тренировочные	1	Текущий
29	апрель	Обучение тактическим действиям в защите	Групповые тренировочные	1	Текущий
30	апрель	<b>Промежуточная аттестация. Соревнование.</b>	Групповые тренировочные	1	Итоговая
31	апрель	Обучение тактическим действиям в защите	Групповые тренировочные	1	Текущий
32	апрель	Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.	Групповые тренировочные	1	Текущий
33	май	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения. СФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
34	май	Обучение и совершенствование техники защиты. Контрольные испытания ОФП	Групповые тренировочные	1	Текущий
35	май	Учебная игра с разбором допущенных ошибок.	Групповые тренировочные	1	Текущий
36	май	Соревнования. Итоговое занятие.	Групповые тренировочные	1	Текущий

## **V. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **Информационное обеспечение программы методическими видами продукции, необходимыми для ее реализации**

Колодницкий Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол : пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М. : Просвещение, 2011. — 95 с. : ил. — (Работаем по новым стандартам). — ISBN 978-5-09-018772-5.

## **Дидактический материал:**

- технологические карты с упражнениями,
- карточки с офп,
- карточки ссфп

## **Наглядный материал**

Футбольный планшет

### **Описание общей методики работы**

Нагрузка подбирается индивидуально для каждого обучающегося исходя из его физической подготовки и морально-волевых качеств. Так же определяется индивидуально время занятий.

В теоретической части занятий учащиеся знакомятся с развитием физкультурного движения и историей возникновения и развития футбола в России и мире, получают краткие знания по анатомии, физиологии, врачебному контролю, гигиене, сведения по тактике – технической подготовке, методике обучения и тренировке.

В практической части техническая и тактическая подготовка, учебные игры 2-х сторонние с соблюдением правил игры в футбол, участие в соревнованиях, контрольные испытания, инструкторская и судейская практика.

### **Методы обучения**

- групповой,
- индивидуальный,
- наглядный,
- словестный

### **Технологии обучения**

В образовательном процессе применяются следующие технологии обучения:

- здоровьесберегающие;

## **Контрольно-измерительные (оценочные) материалы**

Для оценки степени освоения ребенком дополнительной общеобразовательной программы и уровня достижения прогнозируемых результатов (личностных, метапредметных, предметных) используются:

- Мониторинг результатов обучения ребенка по дополнительной общеобразовательной программе (Буйлова Л.Н., Кленова Н.В.);
- Критериями оценки достижения цели и задач, поставленных в данной программе, являются выполнение разрядных требований, испытаний по ОФП, результаты выступлений в соревнованиях.

## **VI. ЛИТЕРАТУРА**

- Гриндлер К и др. Физическая подготовка футболистов. М. «Физкультура и спорт» 1976 г.
- Гриндлер К и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. М. «Физкультура и спорт» 1976 г.
- Заваров А.А. Футбол. Уроки профессионализма для начинающих. «Спб-Питер» 2010 г.
- Кук М. 101 упражнение для юных футболистов (для 12-16лет) М. «АСТ» 2003 г.
- Кук М. 101 упражнение для юных футболистов (для 7-11лет) М. «АСТ» 2003 г.
- Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классов. М. «Просвещение» 2008 г.
- Палфай Я. Подготовка молодого футболиста. М. 1973 г.



