

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 1 ИМЕНИ В.И. СУРИКОВА»**

Краснодарская ул., д. 7 Б, г. Красноярск, 660005
Тел./факс (3912) 24-29-84, e-mail: sch1@mailkrsk.ru
<http://школа1-суриков.рф>
ОГРН 1022402485423, ИНН/КПП 2465040955/246501901

Согласовано:
Педагогический совет школы
Протокол № 10
от 30.08.2024 года



Утверждаю: Директор
О.Ю. Кириллова
Приказ № 01-00-154
от 02.09.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ФУТБОЛ»

Возраст обучающихся: 6-12 лет

Автор Гурьянов А.А. педагог дополнительного образования
Срок реализации: 1 год

г. Красноярск. 2024

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 1 ИМЕНИ В.И. СУРИКОВА»**

Краснодарская ул., д. 7 Б, г. Красноярск, 660005
Тел./факс (3912) 24-29-84, e-mail: sch1@mailkrsk.ru
<http://школа1-суриков.рф>
ОГРН 1022402485423, ИНН/КПП 2465040955/246501001

Согласовано:
Педагогический совет школы
Протокол № 10
от 30.08.2024 года

Утверждаю: Директор
_____ О.Ю. Кириллова
Приказ № 01-10-154
от 02.09.2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ФУТБОЛ»

Возраст обучающихся: 6-12 лет

Автор Гурьянов А.А. педагог дополнительного образования
Срок реализации: 1 год

г. Красноярск. 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Нормативно-правовая база:

Рабочая программа разработана в соответствии с:

- Федеральный закон Российской Федерации от «29» декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от «4» сентября 2014 г. № 1726-р.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от «29» августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от «11» декабря 2006 № 06-1844). •
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от «4» июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Назначение программы:

Образовательная программа «футбол» скомпилирована на основании существующих нормативных документов учреждений дополнительного образования и учебных пособий.

Занятия по данной программе предполагают личностно ориентированный подход, который учитывает личностные особенности учащихся, социализацию и личностное становление детей, а также физкультурно-спортивное развитие и оздоровление.

Коммуникативная направленность обучения по этой программе дает учащимся возможность общаться в процессе игры, а деятельностный характер обучения позволяет каждому научиться работать как индивидуально, так и в коллективе.

Специально подобранные игровые упражнения помогают развивать физические качества, одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов учащихся

(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.

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.

Вид программы: скомпилированная программа

Возрастная группа обучающихся: 6-12 лет

Объем часов, отпущенных на занятия: 68 часов

Продолжительность одного занятия: 40

Количество занятий в неделю: 2

Цели и задачи реализации программы:

Общей целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы:

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;

- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;

- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;

- развитие выносливости;

- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;

- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;

- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;

- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Принципы реализации программы:

1. Общепедагогические принципы: воспитывающего обучения, сознательности и активности занимающихся, наглядности и систематичности, доступности и индивидуализации, прочности и прогрессирования.

2. Спортивные: направленности на спортивные достижения, единства всех сторон подготовки, постепенности повышения требований.

Педагогические технологии:

- игровая технология,

- технология сотрудничества,

- групповая технология,

- технология индивидуализации обучения.

Методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.

- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.

- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Игровой

Ожидаемые результаты реализации программы:

- освоение техническими приемами в процессе перехода к двухсторонней игре;
- совершенствование техники владения мячом;
- освоение тактики игры.

Ключевые компетенции, на развитие которых направлена программа:

1. Общекультурные компетенции: познания в области духовно-нравственных основ жизни человека, культурологических основ семейных, социальных, общественных явлений и традиций, роли науки и религии в жизни человека, компетенции в бытовой и культурно-досуговой сфере.
2. Спортивно-оздоровительные: физическое развитие, закаливание, тренировка физических качеств.
3. Коммуникативные компетенции: знание способов взаимодействия с окружающими и удаленными людьми, навыки работы в группе, владение различными социальными ролями в коллективе.
4. Компетенции личностного самосовершенствования: освоение способов духовного и интеллектуального саморазвития, повышение культуры поведения.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план

№ п/п	Вид занятия	Кол-во часов
1	Введение	2
2	Общая физическая подготовка	10
3	Тактическая подготовка	10
4	Общая физическая подготовка	16
5	Специальная физическая и тактическая подготовка	10
6	Игровая подготовка	14
7	Соревнования	4
8	Итоговое занятие	2
Всего		68

Календарно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		Форма контроля
		теория	практика	

1	Вводное занятие Инструктаж по технике безопасности. Профилактика травматизма. Правила игры. Судейство	2		Индивидуальная
2	Общая физическая подготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».		1	Индивидуальная
3	Общая физическая подготовка. Бег, прыжки, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».		1	Индивидуальная
4	Общая физическая подготовка. Прыжки через барьер.		1	Индивидуальная
5	Общая физическая подготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.		1	Индивидуальная
6	Общая физическая подготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.		1	Индивидуальная
7	Общая физическая подготовка. Рывки по диагоналям футбол, «контроль мяча».		1	Индивидуальная
8	Общая физическая подготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол		1	Индивидуальная
9	Тактическая подготовка Передвижение спиной вперед, повороты, удары, ведение мяча по кругу.		1	Индивидуальная
10	Тактическая подготовка Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.		1	Индивидуальная
11	Тактическая подготовка Подвижные игры.		1	Групповая
12	Тактическая подготовка Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.		1	Индивидуальная
13	Тактическая подготовка Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, подвижные игры.		1	Индивидуальная

14	Тактическая подготовка Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.		1	Индивидуальная
15	Тактическая подготовка Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.		1	Групповая
16	Тактическая подготовка Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.		1	Индивидуальная
17	Тактическая подготовка Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.		1	Групповая
18	Тактическая подготовка Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.		1	Групповая
19	Тактическая подготовка Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.		1	Индивидуальная
20	Тактическая подготовка Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.		1	Индивидуальная
21	Тактическая подготовка Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.		1	Индивидуальная
22	Тактическая подготовка Отработка паса щечкой в парах. Футбол.		1	Индивидуальная
23	Тактическая подготовка Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.		1	Индивидуальная
24	Тактическая подготовка Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.		1	Индивидуальная
25	Тактическая подготовка Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.		1	Индивидуальная

26	Тактическая подготовка Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.		1	Индивидуальная
27	Тактическая подготовка Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.		1	Индивидуальная
28	Тактическая подготовка Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.		1	Групповая
29	Общая физическая подготовка. Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.		1	Индивидуальная
30	Общая физическая подготовка. Отработка передач в движении, передача мяча на ход.		1	Индивидуальная
31	Общая физическая подготовка. Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.		1	Групповая
32	Общая физическая подготовка. Развитие гибкости, выносливости, старты из различных положений, подтягивания.		1	Индивидуальная
33	Общая физическая подготовка. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.		1	Индивидуальная
34	Общая физическая подготовка. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.		1	Групповая
35	Общая физическая подготовка. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.		1	Индивидуальная
36	Общая физическая подготовка. Эстафеты на закрепление и		1	Групповая

	совершенствование технических приемов			
37	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.		1	Индивидуальная
38	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.		1	Групповая
39	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.		1	Индивидуальная
40	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Остановка мяча различными частями тела. Двусторонняя учебная игра.		1	Индивидуальная
41	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.		1	Групповая
42	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.		1	Индивидуальная
43	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.		1	Групповая
44	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.		1	Индивидуальная

45	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель.		1	Индивидуальная
46	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. Двусторонняя игра.		1	Индивидуальная
47	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.		1	Индивидуальная
48	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Ведение мяча + удар по воротам. Двусторонняя игра.		1	Индивидуальная
49	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.		1	Индивидуальная
50	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.		1	Индивидуальная
51	Специальная физическая подготовка и тактическая подготовка Игра на опережение, старты из различных положений.		1	Индивидуальная
52	Игровая подготовка Футбол без ворот, гандбол. Тренировка меткости.		1	Групповая
53	Игровая подготовка Бег с остановками и изменением направления.		1	Групповая
54	Игровая подготовка Развитие координационных способностей. Ведение +		1	Индивидуальная

	удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.			
55	Игровая подготовка Прием мяча различными частями тела.		1	Индивидуальная
56	Игровая подготовка Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.		1	Индивидуальная
57	Игровая подготовка Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. Двусторонняя игра.		1	Индивидуальная
58	Игровая подготовка Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.		2	Индивидуальная
59	Игровая подготовка Старты из различных положений, двусторонняя игра. Судейство и правила игры.		2	Индивидуальная
60	Игровая подготовка Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.		2	Индивидуальная
61	Соревнования Двусторонняя учебная игра.		2	Групповая
62	Соревнования Двусторонняя учебная игра.		2	Групповая
63	Итоговое занятие Сдача контрольных нормативов.		1	Контрольное тестирование

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Материальное 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;
- конусы;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;
- свисток.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:

Список литературы для педагога.

1. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987
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, 1971
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16
8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. : ФиС, 1980
9. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981
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.). – М.: ФиС, 1986
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986
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, 1985
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980
3. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981