

Рецензент(ы):

Ф.И.О. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Должность.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Категория \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Учреждение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Рассмотрена на методическом совете ……

Протокол №\_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_\_г

Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/

1. **П А С П О Р Т**
2. **дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**
3. **«Футбол»**

|  |  |
| --- | --- |
| Ф.И.О. автора/автора-составителя | Щербинин Сергей Николаевич |
| Наименование организации | МКОУ «Светлодольская СОШ» |
| Наименование программы | «Футбол» |
| Полное наименование программы | Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа |
| Направленность | Физкультурно-спортивная |
| Краткое описание программы | Программа «Футбол» физкультурно-спортивной направленности для обучающихся 10-18 лет которые хотят получить базовые навыки для игры в футбол |
| Вид программы | модифицированная |
| Возрастная категория | 12-18 лет |
| Срок обучения | 1 год |
| Продолжительность освоения (объем) | 68 часа |
| Уровень освоения программы | базовый |
| Цель программы | Приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой  и спортом, к здоровому образу жизни. |
| Задачи программы | **Образовательные***:*  1. Обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстроменяющейся  обстановке;  2. Дать представление о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;  3. Дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта;  4. Обучить формированию индивидуального двигательного режима.  *Развивающие*:   1. формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития; 2. 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; 3. формировать индивидуальный двигательный режим учащихся; 4. развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований; 5. формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.   *Воспитательные:*   1. способствовать воспитанию физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся; 2. способствовать воспитанию моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями. |
| Ожидаемые результаты | 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 быстроменяющейся 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, еѐ 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. |
| Возможность реализации в сетевой форме | нет |
| Возможность реализации в электроном формате с применением дистанционных технологий | Использование дистанционных и (или) комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе имеется |
| Материально-техническая база | *Материально-техническое оснащение занятий*   1. оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 х15 м; 2. ворота футбольные; 3. футбольные мячи; 4. насос ручной, иглы; 5. держатель для мяча; 6. гимнастические скамейки; 7. маты гимнастические; 8. стенка гимнастическая; 9. мячи набивные весом 3 кг и 5 кг; 10. скакалки; 11. свисток; 12. секундомер – 1 шт. |

* + 1. **Комплекс основных характеристик программы**
  1. **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «Футбол» имеет *физкультурно-спортивную направленность* с общекультурным уровнем освоения.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

* Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
* Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726
* Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.
* Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – непременный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

Актуальность

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

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.

**Отличительные особенности программы.** Основным преимуществом внеурочной деятельности является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится *личностноориентированный и компетентностный подход.* 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.

**Адресат программы**

Программа «Футбол» адресована учащимся школы в возрасте 10-18 лет общеобразовательной школы, занимающихся в системе дополнительного образования.

**Уровень программы, объем и сроки**

Данная программа и составленное тематическое планирование рассчитано на 1 год обучения, 68 часов из расчёта 2 часа в неделю. Продолжительность одного учебного часа составляет 40 минут.

**Режим занятий**

Учебные занятия проводятся согласно расписанию: два раза в неделю по одному часу.

**Формы обучения**

Форма обучения очная с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Расписание занятий утверждается администрацией образовательного учреждения по предоставлению педагогов дополнительного образования, с учетом возрастных особенностей обучающихся и установленных санитарно-гигиенических норм. Занятия предполагают сочетание теоретических и практических знаний, умений, навыков, опыта спортивной деятельности.

Формами подведения итогов реализации программы является анализ динамики изменения спортивных результатов, собранных за весь период обучения, то есть оценивается результаты внутреннего мониторинга образовательной деятельности.

Учитывая специфику программы, при реализации дистанционных технологий обучения целесообразно использовать смешанный тип занятий, включающий элементы и online и offline занятий. Для представления нового учебного материала используются online занятия. Offline – учащиеся отрабатывают элементы и присылают видео отчет по усвоению материала. Online – занятия по отработке типичных ошибок в выполнении элементов (после анализа педагогом информации о проделанной самостоятельно работе учащихся).

**Особенности организации образовательного процесса**

Наиболее важными в этот год обучения в учебно-тренировочной группе 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.

*Формы организации деятельности учащихся на занятии:*

* Фронтальная - одновременная работа всех учащихся.
* Индивидуальная, фронтальная - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы.
* Групповая - организация работы по малым группам.
* В парах - организация работы по парам.
* Индивидуальная

*Возможные формы занятий:*

* учебно-тренировочные занятия,
* игры,
* эстафеты,
* соревнования.
* 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.

**Уровни сложности содержания программы:**

Базовый – 1 год (68 часов)

**1.2. Цели и задачи программы**

**Цель программы:** формирование и развитие физических способностей и навыков учащихся, формирование моральных и волевых качеств через обучение технике и тактике игры в футбол в доступной форме, без спортивного совершенствования.

**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;
* развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;
* 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.

**Планируемые результаты**

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 быстроменяющейся 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 получат 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.
  1. **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Наименование разделов и тем** | Количество часов | Формы проведения занятий | | **Форма аттестации, контроля** |
| теория | практика |  |
| 1 | Основы знаний | 2 | 2 |  |  |
| 2 | Техническая подготовка | 26 | 5 | 21 |  |
| 3 | Тактическая подготовка | 8 | 2 | 6 |  |
| 4 | Физическая подготовка | 32 | 5 | 27 |  |
|  | **ИТОГО** | **68** | **14** | **54** | **Спортивные соревнования** |

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Год обучения** | **Дата начала обучения по программе** | **Дата окончания**  **обучения по программе** | **Всего учебных недель** | **Количество учебных часов** | **Режим занятий** |
| 1 год | 01.09.2022 | 30.05.2023 | 34 | 68 | 2 раз в неделю по 1 часу |

**Содержание программы**

**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: Б*ег. 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.
  1. **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

# Тематическое планирование

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** |  | **Тема раздела/урока** | **Колич. часов** | **Форма занятия** | **Форма контроля** | **Дата план** | **Дата факт** |
|  |  | **Основы знаний** | **2** |  |  |  |  |
|  |  | Инструктаж по охране труда на занятиях футбола. История возникновения футбола. Развитие футбола. Правила мини-футбола, футбола. Жесты судей. | 2 | Лекция, беседа | Опросы, контрольные испытания |  |  |
|  |  | **Техническая подготовка** | **26** |  |  |  |  |
|  |  | Передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки) | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Опросы, контрольные испытания |  |  |
|  |  | Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате | 2 | эстафета | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | соревнование |  |  |
|  |  | Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта) | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Система тестирования и контрольных нормативов |  |  |
|  |  | **Тактическая подготовка** | **12** |  |  |  |  |
|  |  | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. | 2 | лекция | опрос |  |  |
|  |  | Нападение в игровых заданиях 3: 1,3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Командные тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Командные тактические действия в защите. Двусторонняя учебная игра. | 2 | игра | Система тестирования и контрольных нормативов |  |  |
|  |  | **Физическая подготовка** | **34** |  |  |  |  |
|  |  | Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Многократное поднимание прямых ног в висе. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Бег в горку. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. | 2 | эстафета | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Подвижная игра «Всадники». | 2 | * учебно-тренировочные занятия, игра | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Бег по пересеченной местности. Подвижная игра «Сумей догнать». Подвижная игра «Гонка с выбыванием». | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов. | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижная игра «Вызов номеров». | 2 | * учебно-тренировочные занятия, | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Подвижная игра «Поймай палку». Подвижная игра «Поймай мяч». | 2 | игра | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Подвижная игра «Салки». Подвижная игра « Охотники и утки». | 2 | игра | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Подвижная игра «Перехвати мяч». Подвижная игра «В одно касание». | 2 | соревнование | Игры, соревнования |  |  |
|  |  | Подвижная игра «В одно касание». Подвижная игра «День и ночь». | 2 | игра | Система тестирования и контрольных нормативов |  |  |
|  |  | Подвижная игра «Салки в парах». Подвижная игра «Бег-преследование». | 2 | игра | соревнования |  |  |
|  |  | **Итого:** | **68 часов** |  |  |  |  |

**2. Комплекс организационно-педагогических условий**

**Календарный учебный график**

Занятия по программе проводятся в течении учебного года, что составляет 68 часа в год ( 2 занятия в неделю).

|  |  |
| --- | --- |
| Количество учебных недель | 34 недели |
| Первое полугодие | с 01.09.2022 г. по 31.12.2022 г., 16 учебных недель |
| Каникулы | с 01.01.2023 г. по 09.01.2023 г. |
| Второе полугодие | с 10.01.2023 по 31.05.2023 г., 18 учебных недель |
| Промежуточная аттестация | Май 2023 г. |

**Формы текущего контроля/ промежуточной аттестации**

* Медицинский контроль в начале учебного года оценивает состояние здоровья учащихся *– нулевая аттестация*
* Участие в соревнованиях различного уровня по футболу и мини футболу – *промежуточная аттестация (декабрь)*
* Система тестирования и контрольных нормативов, позволяющие оценить динамику развития физических качеств учащихся – *итоговая аттестация (апрель-май)*

**Оценочные материалы**

**Методическое обеспечение реализации дополнительной образовательной программы.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Раздел или тема программы** | **Формы занятий** | **Приемы и методы организации учебно- воспитательного процесса** | **Дидактический материал, техническое оснащение занятий** | **Формы**  **подведения итого** |
| 1. | Теоретическая подготовка | Традиционная, беседы, просмотр телепередач, тестирование, зачеты, беседы с родителями, общие собрания учащихся и родителей, творческие встречи. | Диалог, анализ выступлений, показ, решение проблемных ситуаций. Словесный, наглядный, практический (судейство), индивидуальный. | Использование специальной литературы, наглядных пособий по темам.  Спортивный зал или кабинет с мультимедийной техникой | Опрос учащихся, судейство соревнований. |
| 2. | Практическая подготовка | Комбинированное занятие, игра, праздник, зачет, эстафета, соревнование, репетиция. | Игры, упражнения, репродуктивный, коллективный, индивидуально- фронтальный, групповой, в парах. | Таблица оценки тестовых испытаний детей. Схемы, иллюстрации. Оборудованный спортивный зал или футбольное поле размером не менее 30 х15 м.  Свисток – 1 шт. Секундомер – 1 шт.  Футбольный мяч  – 8 шт. | Зачет, открытое занятие для родителей, самоанализ, сдача контрольнопереводных нормативов, соревнования. |

*Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:*

* тестирование (индивидуальное),
* открытые занятия,
* соревнования, спартакиады, матчи, турниры,
* педагогическое наблюдение,
* отзывы детей и родителей.

*Контроль* осуществляется: по двигательной активности - на основании результатов тестов.

*Способы фиксации результата:*

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.
3. Дневники достижений.

**Материально-техническое оснащение занятий**

1. оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 х15 м;
2. ворота футбольные;
3. футбольные мячи;
4. насос ручной, иглы;
5. держатель для мяча;
6. гимнастические скамейки;
7. маты гимнастические;
8. стенка гимнастическая;
9. мячи набивные весом 3 кг и 5 кг;
10. скакалки;
11. свисток;
12. секундомер – 1 шт.

***Кадровое обеспечение*:** педагог с соответствующим профилю объединения образованием и опытом работы.

**Организационно-педагогические условия**

Срок реализации программы - 1 год

Минимальный возраст зачисление в программу - 10 лет.

Максимальный возраст -18 лет.

Наполняемость групп 10- 25человек.

Общее количество часов – 68.

Занятия проходят два раза в неделю.

Продолжительность одного занятия один академический час.

Формы организации учащихся на занятии: групповые с организацией индивидуальных форм работы внутри группы.

**Методические материалы**

**Интернет-ресурсы:**

1.Сайт Управления образования и науки Курганской области

2. Сайт Министерства спорта и туризма РФ

3. Сайт Всероссийской федерации футбола

4. Сайт Управления по физической культуре и спорту (sport.tmbreg.ru)

5. Сайт МБОУ ДО ДЮСШ

**Список литературы:**

**Литература** для педагога:

1. Гордияш Е.Л. и др. Физическое воспитание в школе. – Волгоград, «Учитель», 2007.
2. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – М.: Физкультура и спорт, 1966.
3. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1989.
4. Куколевский Г.М. Врачебный контроль в физической культуре. – М.: Медицина,

1965

1. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М.: «Москва», 1998 6. Спортивные игры. Под ред. Воробьева Н.П. – М.: Просвещение, 1975.
2. Спортивные праздники круглый год. Методическое пособие. – Москва, Ростов-наДону, «МарТ», 2004.
3. Чусов Ю.Н. Физиология человека. – М.: Просвещение, 1981.

Для учащихся:

1. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – М.: Физкультура и спорт, 1966.
2. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1989.
3. Хавин Б. Все об Олимпийских играх. – М.: Физкультура и спорт, 1974.
4. Чусов Ю.Н. Физиология человека. – М.: Просвещение, 1981.

**Технологии обучения**

В ходе реализации программы «Футбол»» используются следующие педагогические технологии: группового обучения, коллективного взаимообучения, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. Этому способствуют совместные обсуждения техники игры, выполнения упражнений, а также поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, командный дух соревнований.

Главным направлением учебно-тренировочного процесса является: создание условий для развития личности юных футболистов, сохранения и укрепления их здоровья; соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля; воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности; привитие любви к систематическим занятиям спортом; формирование знаний, умений и навыков по футболу и достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовки.

**Формы проведения занятий**

**Формы занятий:** учебно-тренировочныезанятия, контрольные испытания, товарищеские встречи, соревнования школьного и муниципального уровня.