

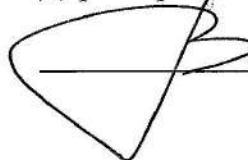
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №56 Кировского района Волгограда»

Введена в действие

приказом директора МОУ СШ № 56

от 01.09.2021 № 123

Директор МОУ СШ № 56

 Л. В. Гончарова

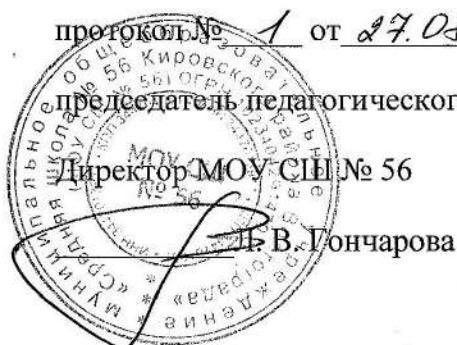
Утверждена

на заседании педагогического совета

протокол № 1 от 27.08.2021

председатель педагогического совета

Директор МОУ СШ № 56

 Л. В. Гончарова

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Футбол»
(направленность физкультурно-спортивная)**

Для учащихся: 7 – 10 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель программы: Цветкин Андрей Юрьевич,
педагог дополнительного образования

Волгоград, 2021

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа секции «Футбол» составлена на основе учебного пособия «Внеурочная деятельность. Футбол: пособие для учителей и методистов» Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011, в соответствии с ФГОС ООО 2010 г.

В системе физического воспитания в нашей стране 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.

В проекте образовательных стандартов дополнительного образования рассматривается как специально организованная деятельность обучающихся в рамках вариативной части образовательного плана. Общеразвивающая программа ДО составлена в соответствии со стандартами второго поколения.

Программа относится к спортивно-оздоровительной направленности и предназначена для углубленного изучения раздела «Футбол». Целесообразность и актуальность программы заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов, отведённых на изучение раздела «Футбол» в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в футболе. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ для мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала и т. д.

Общеразвивающая программа дополнительного образования «Футбол» для учащихся в возрасте от 7 до 10 лет разработана в соответствии:

Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 г. № 1726-р;

Приказом Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 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";

Положения о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МОУ СШ № 56.

Направленность

Программа относится к физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность

Актуальность данной программы связана с развитием и ростом популярности футбола в нашей стране и определяется спросом со стороны родителей и детей на организованные занятия футболом.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти проблему призвана программа дополнительного образования «Футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Отличительная особенность

Программа отличается тем, что:

- позволяет в условиях внеурочной занятости через дополнительное образование расширить возможности образовательной области «Физической культуры»;
- программа ориентирована на развитие творческого потенциала и физических способностей обучающихся разных возрастных групп;
- содержание программы является основой для развития двигательных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых обучающихся;
- дополнительная общеразвивающая программа имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной (от простого к сложному) многолетней подготовки реализации задач.

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» адресована детям 7-10 летнего возраста, состоящие в основной медицинской группе.

Уровень программы – базовый, рассчитана на 36 учебных недель.

Объем часов для реализации программы: Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия 45 минут. Количество часов в год – 72 часа.

Форма обучения - очная.

Режим занятий-по программе занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа, количество часов в год – 72 часа.

Особенности организации образовательного процесса - программа рассчитана на детей и подростков от 7 до 10 лет. Состав секции постоянный от 15 до 20 человек. В состав входят обучающиеся основной медицинской группы.

Цель программы

Формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация игры в футбол среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ.

Задачи программы

1. Образовательные (предметные):

- Обучение простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту.
- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями;
- Укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;
- Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно – игровой деятельности;
- Создание представлений об индивидуальных физических возможностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья;
- Обучение основам физиологии и гигиены физического воспитания, профилактики травматизма, коррекции телосложения.

2. Личностные:

- Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

3.Метапредметные:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- Проговаривать последовательность действий;
- Уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Разделы	Количество часов			Контроль
		всего	теория	практика	
1	Вводная тема	2	2		
2	Техническая подготовка	58			
2.1.	Обучение остановке мяча	8	1	7	зачет
2.2.	Обучение основным элементам техники передвижений.	10	1	9	зачет
2.3.	Обучение основным элементам техники передвижений.	10	1	9	зачет
2.4.	Обучение технике владения мячом	10	1	9	зачет
2.5.	Ведение мяча	10	1	9	зачет
2.6.	Групповые тактические действия	10	1	9	зачет
3	Учебная игра	8		8	
4	Проект «Моё отношение к спорту»	4	2	2	проект
5	Итого	72	10	62	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Вводный

Занятие №1.

Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию.

Раздел 2. Обучение остановке мяча

Занятие № 2-3. Обучение передаче мяча.

Занятие № 4-5. Обучение остановке мяча.

Раздел 3. Обучение основным элементам техники передвижений

Занятие № 6-7. Обучение основным элементам техники передвижений. Бег – остановка.

Занятие №8-9. Обучение основным элементам техники передвижений. Бег – остановка-поворот и ускорение.

Занятие №10. Обучение основным элементам техники передвижений. Бег – остановка-поворот и ускорение.

Раздел 4. Способы ведения мяча

Занятие №11-12. Способы ведения мяча. Ведение мяча по прямой линии в ходьбе и медленном беге.

Занятие №13-14. Способы ведения мяча. Ведение мяча по коридору шириной 1м, поочередно левой – правой ногой.

Занятие №15. Способы ведения мяча. Ведение мяча по кругу.

Раздел5. Обучение технике владения мячом.

Занятие №16-17. Техника и обучение техники владения мячом. Удар по неподвижному мячу.

Занятие №18-19. Техника и обучение техники владения мячом. Удар по неподвижному мячу с места и разбега.

Занятие №20. Техника и обучение техники владения мячом. Удар по неподвижному мячу с прямого разбега.

Раздел 6. Ведение мяча

Занятие №21-22. Ведение мяча. Ведение мяча в челночном беге.

Занятие №23-44. Ведение мяча. Ведение и передача мяча.

Занятие №25. Ведение мяча. Эстафеты с ведением мяча и обводкой опорных стоек.

Раздел 7. Тактические действия

Занятие №26-27. Групповые тактические действия. Игра 2 против одного.

Занятие №28-29. Групповые тактические действия. Игра 3 против 1.

Занятие №30. Групповые тактические действия. Игра 3 против одного в одни ворота.

Раздел 8. Игра

Занятие № 31-34. Учебная игра по футболу.

Раздел 9. Проект

Занятие № 35-36. Проект «Моё отношение к спорту».

Планируемые результаты освоения программы

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

знать:

- что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- как правильно распределять свою физическую нагрузку;
- правила игры в футбол;
- правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- правила проведения соревнований;

уметь:

- проводить специальную разминку для футбола
- овладеют основами техники футбола;
- овладеют основами судейства в футболе;
- вести счет;

Разовьют следующие качества:

- улучшат координацию движений, быстроту реакции и ловкость;
- улучшат общую выносливость организма к продолжительным физическим нагрузкам;
- повысятся адаптивные возможности организма - противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- коммуникабельность обучающихся в результате коллективных действий.

Личностные результаты – развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты – формирование навыков игры в футбол, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно-спортивной деятельности.

Календарно – учебный график

Образовательная деятельность учебный 2021-2022 учебный год. Начало учебного года – 01.09.2021, окончание учебного года 31.08.2022.

Материально-техническое обеспечение занятий

Мячи футбольные;

Насос с иглой для надувания мячей;

Сетка для переноса и хранения мячей;

Футбольные ворота (для мини-футбола);

Сетки для футбольных ворот;

Жилетки игровые разного цвета;

Флажки разметочные с опорой;

Стойки для обводки;

Конусы;

Фишки;

Свисток судейский;

Секундомер.

Формы аттестации

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

Физическое развитие и физическая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	девочки	мальчики
1	2	3	4
1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9

2.	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками: сидя (м)	5,0 7,5	6,0 9,5
	в прыжке с места (м)		

Оценочные материалы

Нормативные требования, содержание и методика проведения контрольных испытаний

№ п/п	Содержание требований	Возраст (лет) юноши				
		14	15	16	17	18
1	Бег челночный 5 по 6 м (с)	9,9	9,8	9,7	9,6	9,5
2	Прыжок в длину с места (см)	190	200	210	220	230
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	29	32	34	38	40
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине	29	30	32	34	35
5	Верхняя передача и навес мяча	17	20	24	28	32
6	Прием мяча.	7	8	9	9	9
7	Нижняя передача мяча	7	8	9	9	9
8	Бег 30м с высокого старта (сек)	5,0	4,9	4,8	4,7	4,6
№ п/п	Содержание требований	Возраст (лет) девушки				
		14	15	16	17	18
1	Бег челночный 5 по 6 м (с)	10,9	10,8	10,7	10,6	10,5
2	Прыжок в длину с места (см)	150	160	170	180	195
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	25	25	25	25	25
4	Поднимание туловища из положения лежа на спине	24	25	26	27	28
5	Верхняя обработка мяча	14	16	18	20	22

6	Нижняя обработка мяча	4	5	5	6	6
7	Верхняя прямая передача мяча	4	5	6	7	8
8	Бег 30м с высокого старта (сек)	5,8	5,7	5,6	5,5	5,4

Методические материалы

1. Программа для внешкольных учреждений Министерства просвещения, М. 1986г.
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2004г.
- Раздел 3. X-XI классы. *Часть I.* п.1.4.2. Спортивные игры.
- Программный материал по спортивным играм Футбол (юноши)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ И РОДИТЕЛЕЙ

1. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. «Футбол». – 3-е изд.испр.доп.-М: Физкультура и спорт, 2002
2. Андреев С.Н. «Играй в мини-футбол».- М.:Советский спорт, 1999
3. Лебедев Л.Г. «Все о футболе.Справочник»-М.: Советский спорт, 2003
4. Футбол: Правила игры.-М.:Физкультура и спорт,2003
5. Лях В.И. Зданевич А.А.Комплексная программа физического воспитания учащихся/Программы общеобразовательных учреждений.-М: Просвещение,2011
6. Сборник авторских программ педагогов- победителей конкурса «Сердце отдаю детям», М.2001
7. Спортивные игры.Под ред.А.Комарова и В.Хомутского.М.:Физкультура и спорт,2010
8. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов.-М :Просвещение,2011

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

- 1.Андреев С.Н. «Футбол – твоя игра» Кн. Для учащихся сред. и ст. классов-М: Просвещение, 2006
- 2.Литвинцов Е.Н. и др «Веселая физкультура» Учебник для учащихся.-М: Просвещение, 2007
- 3.Клусов Н.П., Цуркан А.А.Стадионы во дворе: Кн. Для учащихся.-М: Просвещение, 2004