

Департамент образования Администрации г.Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 49

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 49
Каримова Е.Ю. 
Приказ № 64/1
От «27» августа 2021 г.

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

Возраст обучающихся : 7-14 лет
Срок реализации : 1 год
Автор -составитель :
Рыбкин Дмитрий Алексеевич

Екатеринбург, 2021 г.

Департамент образования Администрации г.Екатеринбурга
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 49

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 49
Каримова Е.Ю. _____
Приказ № 64/1
От «27» августа 2021 г.

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

Возраст обучающихся : 7-14 лет
Срок реализации : 1 год
Автор -составитель :
Рыбкин Дмитрий Алексеевич

Екатеринбург, 2021 г.

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	стр.3
2. Календарный учебный график.....	стр.5
3. Учебный план программы.....	стр.14
4. Содержание учебного плана.....	стр.15
5. Формы подведения итогов.....	стр.19
5. Материально-техническое обеспечение.....	стр.19
6. Интернет-ресурсы.....	стр.19
7. Список литературы.....	стр. 20

Пояснительная записка

Футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Выбор спортивной игры – футбол – определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В этом и состоит **актуальность** программы, так как в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Цель данной образовательной программы: оздоровление, физическое и психическое развитие занимающихся на основе их творческой активности; формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (футбол);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике футбола.

Оздоровительные

- обеспечить возможность обучающимся вести здоровый и безопасный образ жизни средствами футбола;

- развить основные физические качества
- сформировать жизненно важные двигательные умения и навыки

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни

Формы занятий:

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная, фронтальная. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки: репродуктивный, поточный, игровой и соревновательный.

Ожидаемые результаты:

- овладение учащимися тактикой и техникой спортивной игры «футбол»;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- повышение адаптивных возможностей организма: противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

Срок реализации программы: 1 год. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1,5 академических часа, 37 учебных недель, 166,5 часов в год, в группе по 15 человек.

Уровень программы- базовый

Календарный учебный график
По дополнительной общеобразовательной
(общеразвивающей) программе
«Футбол»

На 2021-2022 учебный год

Режим занятий : занятия 3 раза в неделю по 1.5 академических часа
Место проведения занятий : МБОУ СОШ № 49, спортивный зал, школьный стадион

№ п/п	Сроки проведения занятий	Форма занятий	Тема	Форма контроля	Кол-во часов
1	1 неделя сентября	Беседа, организационное занятие	Требования техники безопасности.	Педагогическая диагностика развития	1.5
2	1 неделя сентября	Теоретическое занятие, просмотр игры	Правила игры в футбол	Тестирование	1.5
3	1 неделя сентября	Теоретическое занятие, просмотр видео	Основы техники и тактики игры.	Опрос	1,5
4	2 неделя сентября	Теоретическое занятие	Физическая культура и спорт в России	Тестирование	1.5
5	2 неделя сентября	Теоретическое занятие, просмотр видео	Спортивные соревнования .Виды	Тестирование	1.5
6	2 неделя сентября	Теоретическое занятие, просмотр видео	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	Опрос	1.5
7	3 неделя сентября	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	Нагрузка и отдых. шаг, шаги с переходом на пятки, шаркающий шаг;	Опрос	1.5
8	3 неделя сентября	Учебно-тренировочное занятие	«Перемещения, передвижения и остановки» Обучение технике перемещения	Игра	1.5
9	3 неделя сентября	учебно-тренировочное занятие	«Перемещения ,передвижения и остановки»	Игра	1.5
10	4 неделя сентября	учебно-тренировочное занятие	«Стойка футболиста»..	Игра	1.5
11	4 неделя сентября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары внутренней и средней стороной стопы и подъема.	Игра	1.5
12	4 неделя сентября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары внутренней и средней стороной стопы и подъема.	Игра	1.5

13	1 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары внешней частью подъема, по неподвижному и катящемуся навстречу мячу	Игра	1.5
14	1 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
15	1 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Прием (остановка) катящихся мячей внутренней стороной стопы и подошвой.	Игра	1.5
16	2 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары внешней частью подъема, по катящемуся от игрока мячу. Удары – откидки мяча подошвой.	Игра	1.5
17	2 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
18	2 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	. Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Прием (остановка) катящихся мячей серединой подъема. Прием (остановка) опускающихся мячей внутренней стороной стопы.	Игра	1.5
19	3 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Ведение мяча внутренней стороной стопы и подъема	Игра	1.5
20	3 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
21	3 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары носком по неподвижному и катящемуся мячу	Игра	1.5
22	4 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары пяткой и пяткой скрестно.	Игра	1.5
23	4 неделя октября	учебно-тренировочное	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5

		занятие			
24	4 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Прием (остановка) опускающихся мячей подошвой и серединой подъема.	Игра	1.5
25	5 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Резаные удары внутренней и внешней частью подъема	Игра	1.5
26	5 неделя октября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
27	1 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары – броски стопой. Удары с лета внутренней стороной стопы	Игра	1.5
28	1 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
29	2 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Прием (остановка) опускающихся и низколетящих мячей внутренней стороной стопы в опорном	Игра	1.5
30	2 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Игра	1.5
31	2 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Основы техники и тактики игры.	Игра	1.5
32	3 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Ведение мяча внешней частью и серединой подъема.	Игра	1.5
33	3 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Игра	1.5
34	3 неделя ноября	учебно-тренировочное	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка . Удары с лета внутренней и внешней частью	Игра	1.5

		занятие	подъема		
35	4 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Игра	1.5
36	4 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары с лета внутренней и внешней частью подъема	Игра	1.5
37	4 неделя ноября	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Игра	1.5
38	1 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары с лета серединой подъема и по опускающемуся мячу через голову	Игра	1.5
39	1 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
40	1 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Прием (остановка) катящихся опускающихся мячей в стороне от игрока, внешней частью стопы.	Игра	1.5
41	2 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Ведение мяча подошвой и носком	Игра	1.5
42	2 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Боковой удар внешней частью и серединой подъема с лета	Игра	1.5
43	2 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары серединой подъема с лета. Удары внешней частью подъема с лета	Игра	1.5
44	3 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Игра	1.5
45	3 неделя декабря	учебно-тренировочное	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары ногой различными способами на	Игра	1.5

		занятие	точность и силу после остановки.		
46	3 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
47	4 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары ногой различными способами на точность и силу после ведения.	Игра	1.5
48	4 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары ногой различными способами на точность и силу после рывков.	Игра	1.5
49	4 неделя декабря	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
50	2 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Ведение мяча с изменением направления и скорости.	Игра	1.5
51	2 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Отбор мяча накладыванием стопы и выбиванием.	Игра	1.5
52	2 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары ногой различными способами в единоборствах при пассивном и активном сопротивлении	Игра	1.5
53	3 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка	Учебно-тренировочная игра	1.5
54	3 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары серединой лба, из опорного положения и в прыжке	Игра	1.5
55	3 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Ведение мяча зигзагообразно и меняя бьющую ногу	Учебно-тренировочная игра	1.5
56	4 неделя января	учебно-тренировочное	. Удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка Удары боковой частью головы из опорного	Игра	1.5

		занятие	положения и в прыжке.		
57	4 неделя января	учебно-тренировочное занятие	. Финты Обманные движения без мяча. Финт «Уходом» и различные его варианты	Игра Анализ деятельности	1.5
58	4 неделя января	учебно-тренировочное занятие	. Финты Финты: «Проброс мяча мимо соперника». Финты: «Остановка мяча подошвой».	Игра Анализ деятельности	1.5
59	5 неделя января	учебно-тренировочное занятие	. Финты Финты: «Проброс мяча мимо соперника». Финты: «Остановка мяча подошвой».	Игра Анализ деятельности	1.5
60	5 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Отбор мяча Ведение мяча зигзагообразно и меняя бьющую ногу	Игра Анализ деятельности	1.5
61	5 неделя января	учебно-тренировочное занятие	Отбор мяча Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание», выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча	Игра Анализ деятельности	1.5
62	1 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Отбор мяча Отбор мяча перехватом. Комплексное выполнение (сочетание) изученных технических приемом с мячом.	Игра Анализ деятельности	1.5
63	1 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Техника игры вратаря Техника игры вратаря. Ловля катящихся и летящих мячей	Игра Анализ деятельности	1.5
64	1 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Техника игры вратаря Тактика игры вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при штрафном ударе и при свободном ударе вблизи своих ворот.	Игра Анализ деятельности	1.5
65	2 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Техника игры вратаря Уметь выбрать правильную позицию в воротах при штрафном ударе и при свободном ударе вблизи своих ворот.	Игра Анализ деятельности	1.5
66	2 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения. Индивидуальные действия Прием (остановка) мячей, опускающихся и летящих на игрока, головой	Соревнования	1.5
67	2 неделя февраля	учебно-тренировочное	Тактика нападения. Индивидуальные действия Прием	Соревнования	1.5

		занятие	(остановка) мячей, прямо летящих на игрока, грудью в опорном положении и на бегу		
68	3 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения. Групповые действия Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара» и при передачи ногой	Соревнования	1.5
69	3 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения. Групповые действия Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.	Соревнования	1.5
70	3 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения Командные действия	Соревнования	1.5
71	4 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения Командные действия Командные действия в нападении. Комбинация «игра в стенку». Комбинации с забеганием. Комбинации со сменой мест.	Соревнования	1.5
72	4 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения Командные действия Командные действия в нападении. Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начальном ударе и угловых ударах, штрафных ударах.	Соревнования	1.5
73	4 неделя февраля	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения Командные действия Командные действия в нападении. Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: свободных ударах, ударах от ворот, аут.;	Соревнования	1.5
74	1 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика нападения Командные действия	Соревнования	1.5
75	1 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Индивидуальные действия	Соревнования	1.5
76	1 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Индивидуальные действия	Соревнования	1.5
77	2 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Групповые действия	Соревнования	1.5
78	2 неделя марта	учебно-тренировочное	Тактика защиты Групповые действия	Соревнования	1.5

		занятие			
79	2 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Командные действия Командные действия в защите. Коллективный отбор (прессинг). Зонная защита	Соревнования	1.5
80	3 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Командные действия Командные действия в защите. Противодействия комбинациям «столб». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинации.	Соревнования	1.5
81	3 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Командные действия Командные действия в защите. Противодействия комбинациям «стенка».	Соревнования	1.5
82	3 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Командные действия Командные действия в нападении. Уметь точно и своевременно выполнить короткую и среднюю передачу, низом и верхом.	Соревнования	1.5
83	4 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика защиты Командные действия	Учебно-тренировочная игра	1.5
84	4 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика игры вратаря Техника игры вратаря. Стойка и перемещение вратаря. Вбрасывание и выбивание мяча.	Соревнования	1.5
85	4 неделя марта	учебно-тренировочное занятие	Тактика игры вратаря Тактика игры вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при введении мяча в игру (после ловли) открывшемуся партнеру и при угловом ударе вблизи своих ворот.	Соревнования	1.5
86	1 неделя апреля	учебно-тренировочное занятие	Тактика игры вратаря Прием (остановка) отскочившего от площадки мяча животом и голенью	Соревнования	1.5
87	1 неделя апреля	учебно-тренировочное занятие	Тактика игры вратаря Вбрасывание и выбивание мяча.	Соревнования	1.5
88	1 неделя апреля	учебно-тренировочная игра	учебно-тренировочная игра с использованием ранее полученных навыков игры в футбол Прием (остановка) отскочившего от площадки мяча животом и голенью	Соревнования	1.5
89	2 неделя апреля	учебно-тренировочная игра	учебно-тренировочная игра с использованием ранее полученных навыков игры в футбол	Игра Анализ деятельности	1.5
90	2 неделя	учебно-	учебно-тренировочная игра с	Игра	1.5

107	4 неделя мая	учебно-тренировочная игра	учебно-тренировочная игра с использованием ранее полученных навыков игры в футбол	Анализ деятельности	1.5
108	4 неделя мая	учебно-тренировочная игра	учебно-тренировочная игра с использованием ранее полученных навыков игры в футбол	Анализ деятельности	1.5
109	4 неделя мая	учебно-тренировочная игра	учебно-тренировочная игра с использованием ранее полученных навыков игры в футбол Командные действия в защите. Создание численного преимущества. Подключение к обороне вратаря	Игра Анализ деятельности	1.5
110	5 неделя мая	учебно-тренировочная игра	учебно-тренировочная игра с использованием ранее полученных навыков игры в футбол	Игра Анализ деятельности	1,5
111	5 неделя мая	Итоговый матч	Итоговый матч	ИГРА	1,5
Итого: 166,5 часов					

Учебный план

№	Наименование раздела темы	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ	10.5	10.5	-	
1.1	Требования техники безопасности	1.5	1.5	-	Опрос
1.2	Правила игры в футбол.	1.5	1.5	-	Тестирование
1.3	Основы техники и тактики игры.	1.5	1.5	-	Опрос
1.4	Физическая культура и спорт в России	1.5	1.5	-	Тестирование
1.5	Спортивные соревнования.	1.5	1.5	-	Тестирование
1.6	Влияние физических упражнений на организм занимающихся.	1.5	1.5	-	Опрос
1.7	Нагрузка и отдых.	1.5	1.5	-	Опрос
2	ТЕХНИКА ИГРЫ	88.5		88.5	
2.1	«Перемещения, передвижения и остановки»	3		3	Игра
2.2	«Стойка футболиста».	1.5		1.5	Игра
2.3	«Удары по мячу».	42		42	Игра
2.4	«Остановка мяча»	18		18	Игра
2.5	«Ведение мяча и обводка»	9		9	Игра

2.6	ФИНТЫ	4,5		4,5	Игра
2.7	«Отбор мяча».	4,5		4,5	Игра
2.8	Техника игры вратаря	6		6	Игра
3	ТАКТИКА НАПАДЕНИЯ	13,5		13,5	
3.1	«Индивидуальные действия».	3		3	Соревнование
3.2	«Групповые действия».	3		3	Соревнование
3.3	«Командные действия».	7,5		7,5	Соревнование
4	ТАКТИКА ЗАЩИТЫ	13,5		13,5	
4.1	«Индивидуальные действия»	3		3	Соревнование
4.2	«Групповые действия».	3		3	Соревнование
4.3	«Командные действия».	7,5		7,5	Соревнование
5	ТАКТИКА ИГРЫ ВРАТАРЯ	6		6	Соревнование
6	УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ИГРА.	32,5		32,5	
6.1	«Игра по правилам с заданием».	32,5		32,5	Результаты соревнований
	ИТОГО ЧАСОВ	166,5	10,5	156	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА РАЗДЕЛ № 1. ОСНОВЫ ЗНАНИЙ.

Тема 1.1. «Требования техники безопасности»

Теория: Правила техники безопасности, инструкции по технике безопасности. Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики.

Практика: Учащиеся изучают правила техники безопасности, инструкции по технике безопасности. Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики. Должны знать правила техники безопасности, инструкции по технике безопасности. Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики.

Форма контроля: опрос

Тема 1.2. «Правила игры в футбол».

Теория: Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

Практика: Учащиеся изучают права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Должны знать права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.3. «Основы техники и тактики игры».

Теория: Понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики. Характеристика технической и тактической подготовки.

Практика: Учащиеся изучают понятие о спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики. Характеристика технической и тактической подготовки. Должны знать понятие о

спортивной технике, о тактике. Взаимосвязь техники и тактики. Характеристика технической и тактической подготовки.

Форма контроля: опрос

Тема 1.4. «Физическая культура и спорт в России».

Теория: Значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности, в воспитании людей. Характеристика физкультурно-спортивных занятий оздоровительной и спортивной направленности. Сведения о спортивных званиях и разрядах.

Практика: Учащиеся изучают значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности, в воспитании людей. Характеристика физкультурно-спортивных занятий оздоровительной и спортивной направленности. Сведения о спортивных званиях и разрядах. Должны знать значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития и подготовленности, в воспитании людей. Характеристика физкультурно-спортивных занятий оздоровительной и спортивной направленности. Сведения о спортивных званиях и разрядах.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.5.«Спортивные соревнования».

Теория: Организация и проведение соревнований. Роль соревнований в подготовке занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Правила соревнований в волейболе. Подготовка к соревнованиям, участие в соревнованиях.

Практика: Учащиеся изучают организацию и проведение соревнований. Роль соревнований в подготовке занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Правила соревнований в волейболе. Подготовка к соревнованиям, участие в соревнованиях. Должны знать организацию и проведение соревнований. Роль соревнований в подготовке занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, в подготовке спортсменов. Правила соревнований в волейболе. Подготовка к соревнованиям, участие в соревнованиях.

Форма контроля: тестирование.

Тема 1.6. «Влияние физических упражнений на организм занимающихся» Теория:

Воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки.

Практика: Учащиеся изучают воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки. Должны знать воздействие на основные органы и системы под воздействием физической нагрузки.

Форма контроля: опрос

Тема 1.9. «Нагрузка и отдых».

Теория: Как взаимосвязанные компоненты физических упражнений. Соревновательные и тренировочные нагрузки, специфические и неспецифические, различные по величине и направленности. Объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Дозирование нагрузки.

Практика: Учащиеся изучают как взаимосвязанные компоненты физических упражнений. Соревновательные и тренировочные нагрузки, специфические и неспецифические, различные по величине и направленности. Объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Дозирование нагрузки. Должны знать как взаимосвязанные компоненты физических упражнений. Соревновательные и тренировочные нагрузки, специфические и неспецифические, различные по величине и направленности. Объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Дозирование нагрузки.

Форма контроля: опрос

РАЗДЕЛ № 2 ТЕХНИКА НАПАДЕНИЯ.

Тема 2.1. «Перемещения, передвижения и остановки».

Практика: совершенствование навыков перемещения различными способами на максимальной скорости, сочетание с остановками, прыжками, ответные действия на сигналы; сочетание перемещений, передвижений с имитацией приемов мыча. **Ожидаемый результат:** Учащиеся совершенствуют навыки перемещения различными способами на максимальной скорости, сочетание с остановками, прыжками, ответные действия на сигналы; сочетание

перемещений с имитацией приемов мяча. Должны научиться перемещаться, передвигаться различными способами на максимальной скорости, сочетание с остановками, прыжками, ответные действия на сигналы; сочетание перемещений с имитацией приемов мяча.

Форма контроля: игра.

Тема 2.2. «Стойка футболиста».

Практика: Стойка футболиста.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают стойки футболиста. Должны научиться принимать различные стойки футболиста.

Форма контроля: игра.

Тема 2.3. «Удары по мячу».

Практика: Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы. Показ отдельных упражнений. Удары по летящему мячу серединой лба. Удары по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. **Ожидаемый результат:** Учащиеся изучают удары по мячу. Должны научиться выполнять различные варианты ударов по мячу.

Форма контроля: игра.

Тема 2.4. «Остановка мяча»

Практика: Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают остановки мяча. Должны научиться выполнять различные способы остановки мяча.

Форма контроля: игра.

Тема 2.5. «Ведение мяча и обводка»

Практика: Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Учебная игра.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают технику ведения мяча и обводки. Должны научиться выполнять обводку и ведения мяча.

Форма контроля: игра.

Тема 2.6. «Финты».

Практика: Обманные движения с мячом и без мяча. **Ожидаемый результат:** Учащиеся изучают финты. Должны научиться выполнять финты.

Форма контроля: игра.

Тема 2.7. «Отбор мяча».

Практика: Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате. Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра. **Ожидаемый результат:** Учащиеся изучают отбор мяча. Должны научиться выполнять различные виды отбора мяча.

Форма контроля: игра.

Тема 2.8. «Техника игры вратаря».

Практика: Перемещение и стойка вратаря. Ловля и отбивание мяча, катящихся, летящих, опускающихся. **Ожидаемый результат:** Учащиеся изучают стойку вратаря, перемещение, ловлю, технику отбивания мяча. Должны научиться выполнять ловлю и отбивание. Технику перемещения и стойки вратаря.

Форма контроля: игра.

РАЗДЕЛ № 3 ТАКТИКА НАПАДЕНИЯ.

Тема 3.1. «Индивидуальные действия».

Практика: Индивидуальные тактические действия в нападении.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают индивидуальные действия. Должны научиться выполнять различные индивидуальные действия.

Форма контроля: соревнования.

Тема 3.2. «Групповые действия».

Практика: Групповые и командные тактические действия в нападении. Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря. Учебная игра.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают групповые действия. Должны научиться выполнять различные групповые действия.

Форма контроля: соревнования.

Тема 3.3. «Командные действия».

Практика: Командные тактические действия в нападении и защите.

Двусторонняя учебная игра.

Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают командные действия. Должны научиться выполнять различные командные действия.

Форма контроля: соревнования.

РАЗДЕЛ № 4 ТАКТИКА ЗАЩИТЫ.

Тема 4.1. «Индивидуальные действия»

Практика: Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Выбор места и способа приема мяча от нападающих ударов различными способами, на страховке (в рамках изученных групповых действий); выбор места, определение направления удара. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают индивидуальные действия. Должны научиться выполнять различные индивидуальные действия.

Форма контроля: соревнования.

Тема 4.2. «Групповые действия».

Практика: Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам). Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря. Групповые действия. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают комбинационные действия. Должны научиться выполнять различные комбинационные действия.

Форма контроля: соревнования.

Тема 4.3. «Командные действия»

Практика: Противодействия комбинациям. Коллективный обор. Зонная защита.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают командные действия. Должны научиться выполнять различные командные действия.

Форма контроля: соревнования.

РАЗДЕЛ № 5 Техника игры вратаря.

Тема 5.1. «Техника игры вратаря».

Практика: Умение правильно выбрать позицию.

Ожидаемый результат: Учащиеся изучают правильно выбирать позицию.

Форма контроля: игра.

РАЗДЕЛ № 6 УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ИГРА.

Тема 6.1. «Игра по правилам с заданием».

Практика: Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Учебно-тренировочные игры. Игры, развивающие физические способности. Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости.

Ожидаемый результат: Должны научиться играть в футбол.

Форма контроля: соревнования.

Формы подведения итогов

Основной показатель работы секции по футболу – выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям, результаты участия в которых также станут показателем работы секции.

Материально-техническое обеспечение занятий

- 1) оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 x15 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.;

Интернет-ресурсы:

1. <http://bmsi.ru>
2. <http://www.libsid.ru>
3. <http://knowledge.allbest.ru>
4. <http://studopedia.net>
5. <http://www.kondopoga.ru>

Список литературы

1. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). - М.: Советский спорт, 2015. – 112 с.
2. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г
3. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2018 г.
4. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2016 г.
5. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. – М., 2016.
6. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение. - М., 2015.
7. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол»,/ Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2015 г.
8. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности и пребывания учащихся в образовательных учреждениях во второй половине дня / Сост. В.И. Никулина, Н.В. Екимова. – Белгород, 2016.
9. Методические рекомендации по разработке программы воспитания и социализации обучающихся начальной школы / Сост. В.И. Никулина, Н.В. Екимова. – Белгород, 2016.
10. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб. Заведений.- 2-е изд., испр. И доп.- М.: Издательский центр «Академия», 2015.-480 с.
11. Спортивные игры/Под ред. Ю.Д.Железняк, Ю.М. Портнова. –М. 2015.
12. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий, Н.Ц. Эпас, 2016г.
13. Комплексная программа общеобразовательных учреждений физического воспитания для 1-11 классов. - М.: Просвещение, 2015г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868576025

Владелец Каримова Елена Юрьевна

Действителен с 10.03.2022 по 10.03.2023