

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа № 490 с углублённым изучением иностранных языков
Красногвардейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

на педагогическом совете
школы

Протокол от 17.05.21

№ 11



УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Н.Б.Александрова

Приказ от 17.05.21

№ 193-0

Рабочая программа объединения

«Обучение игре в футбол»

Возраст учащихся: 7-12 лет

Срок реализации: 2021-2022 год

Разработчик:

Иноземцев Илья Кириллович, педагог дополнительного образования.

РАССМОТРЕНО

на заседании ОДОД

Председатель МО

Е.А. Урвачева

Протокол от 16.05.21

№ 4

СОГЛАСОВАНО

руководитель ОДОД

Е.А. Урвачева

2021 г.

Пояснительная записка

Особенности первого года обучения:

Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Целью занятий в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

В группе решаются определённые задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

Ожидаемые результаты

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы является формирование следующих умений:

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.

Метапредметными результатами программы по является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- 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.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы :

осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

По окончании 1-го года обучения обучающиеся должны **знать:**

- значение правильного режима дня юного спортсмена
- роль капитана команды, его права и обязанности
- правила использования спортивного инвентаря
- правила соревнований по футболу

уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений
- управлять своими эмоциями
- выполнять технические действия и приемы с мячом и без мяча в соревновательной деятельности
- владеть игровыми ситуациями на поле
- владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам

Содержание программы

№	Раздел	Содержание
---	--------	------------

1	История футбола	Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.
2	Передвижения и остановки	Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)
3	Удары по мячу	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы Удары по летящему мячу серединой подъема 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
4	Остановка мяча	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы Остановка мяча грудью Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы
5	Ведение мяча и обводка	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника) Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника Ведение мяча с активным сопротивлением защитника Обводка с помощью обманных движений (финтов)
6	Отбор мяча	Выбивание мяча ударом ногой
7	Вбрасывание мяча	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом
8	Игра вратаря	Ловля катящегося мяча Ловля мяча, летящего навстречу Ловля мяча сверху в прыжке Отбивание мяча кулаком в прыжке Ловля мяча в падении (без фазы полёта)
9	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.
10	Тактика игры	Тактика свободного нападения Позиционные нападения без изменения позиций

		Позиционные нападения с изменением позиций Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите Двусторонняя учебная игра
11	Подвижные игры и эстафеты	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности
12	Физическая подготовка	Развитие скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ занятия	Тема занятия	Основные формы деятельности	Формы контроля	Дата проведения		
				План	Факт	Примечание
1.	Комплектование групп		журнал	сентябрь		-
2.	Комплектование групп		журнал	сентябрь		-
3.	Вводное занятие. Инструктаж по охране труда, Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности	индивидуальная	беседа входящий контроль	сентябрь		2 часа, теория, практика
4.	Спортивная одежда и обувь. Профилактика травматизма в футболе. Учебная игра.	групповая	беседа, наблюдение	сентябрь		2 часа, практика
5.	Гигиена. Уход за телом. Режим дня для спортсмена. Учебная игра.	групповая	беседа, наблюдение	сентябрь		2 часа, практика
6.	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты	групповая	беседа, наблюдение	сентябрь		2 часа, практика

	из различных исходных положений					
7.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	групповая	беседа, наблюдение	сентябрь		2 часа, практика
8.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	групповая	беседа, наблюдение	сентябрь		2 часа, практика
9.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика
10.	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика
11.	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика
12.	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика
13.	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика
14.	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика
15.	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика

16.	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	групповая	беседа, наблюдение	октябрь		2 часа, практика
17.	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	групповая	соревнования	ноябрь		2 часа, практика
18.	Удары по летящему мячу серединой подъема	групповая	беседа, соревнования	ноябрь		2 часа, теория практика
19.	Удары по летящему мячу серединой лба	групповая	беседа, наблюдение	ноябрь		2 часа, практика
20.	Удары по летящему мячу боковой частью лба	групповая	беседа, наблюдение	ноябрь		2 часа, практика
21.	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	групповая	беседа, наблюдение	ноябрь		2 часа, практика
22.	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	групповая	соревнования	ноябрь		2 часа, практика
23.	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	групповая	соревнования	ноябрь		2 часа, практика
24.	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	групповая	беседа, наблюдение	ноябрь		2 часа, практика
25.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика
26.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика

	подошвой					
27.	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика
28.	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика
29.	Остановка мяча грудью	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика
30.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика
31.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика
32.	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	групповая	беседа, наблюдение	декабрь		2 часа, практика
33.	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика
34.	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика
35.	Ведение мяча с пассивным сопротивлением	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика

	защитника					
36.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика
37.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика
38.	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика
39.	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика
40.	Выбивание мяча ударом ногой	групповая	беседа, наблюдение	январь		2 часа, практика
41.	Выбивание мяча ударом ногой	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
42.	Отбор мяча перехватом	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
43.	Отбор мяча перехватом	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
44.	Отбор мяча толчком плеча в плечо	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
45.	Отбор мяча толчком плеча в плечо	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
46.	Отбор мяча в подкате	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
47.	Отбор мяча в подкате	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
48.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	групповая	беседа, наблюдение	февраль		2 часа, практика
49.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика
50.	Ловля катящегося мяча	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика
51.	Ловля мяча, летящего навстречу	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика

52.	Ловля мяча сверху в прыжке	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика
53.	Отбивание мяча кулаком в прыжке	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика
54.	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика
55.	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика
56.	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	групповая	беседа, наблюдение	март		2 часа, практика
57.	Тактика свободного нападения	групповая	беседа, наблюдение	апрель		2 часа, практика
58.	Тактика свободного нападения	групповая	беседа, наблюдение	апрель		2 часа, практика
59.	Позиционные нападения без изменения позиций	групповая	беседа, наблюдение	апрель		2 часа, практика
60.	Позиционные нападения с изменением позиций	групповая	беседа, наблюдение	апрель		2 часа, практика
61.	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	групповая	беседа, наблюдение	апрель		2 часа, практика
62.	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	групповая	беседа, наблюдение	апрель		2 часа, практика
63.	Индивидуальные, групповые и командные	групповая	соревнования	апрель		2 часа, практика

	тактические действия в нападении и защите					
64.	Двусторонняя учебная игра	групповая	беседа, наблюдение	апрель		2 часа, практика
65.	Двусторонняя учебная игра	групповая	беседа, наблюдение	май		2 часа, практика
66.	Двусторонняя учебная игра	групповая	беседа, наблюдение	май		2 часа, практика
67.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	групповая	беседа, наблюдение	май		2 часа, практика
68.	Игры, развивающие физические способности	групповая	беседа, наблюдение	май		2 часа, практика
69.	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	групповая	беседа, наблюдение	май		2 часа, практика
70.	Участие в соревнованиях.	соревновательная	соревнования	май		2 часа, практика
71.	Выполнение контрольных нормативов	индивидуальная	итоговый контроль	май		2 часа, практика
72.	Итоговое занятие.	групповая	показательные выступления	май		2 часа, практика