

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
БРЕЙТОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

Утверждаю:
Директор школы Чекмарёва
И.А.
Приказ № 70 от 29.08.2024г.

**Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа
«Футбол»
для учащихся 2 класса**

Учитель: Сазонов А.Е.

Брейтово, 2024-2025 учебный год

Пояснительная записка.

Программа дополнительного образования по футболу разработана на основе примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва. Мини-футбол (Футзал). Коллектив авторов-составителей: Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В. 2010 год.

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Программа по футболу предусматривает занятия для юношей 7-8 лет. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу, всего - 34 часа.

Содержание программы:

1. Основы знаний.
2. Способы двигательной деятельности.
3. Физическое совершенствование.

Формы обучения:

- теоретические занятия;
- практические занятия.

Связь с программой воспитания.

- развитие качеств личности: смелость, выносливость, упорство, усидчивость и др. – через занятия футболом;
- пропаганда здорового образа жизни через занятия спортом;
- изучение истории футбола в России, Европе и мире;
- знакомство с биографией известных спортсменов футболистов;
- встречи с брейтовскими спортсменами «футболистами»;
- участие в спортивных состязаниях района и области по футбол.

Оценочные материалы.

В связи с тем, что футбол развивает общие спортивные навыки для проверки физкультурно-спортивной деятельности используются рекомендации «Оценка результатов освоения программы учебного предмета «Физическая культура», расположенных в свободном доступе на сайте ГАУ ДПО ЯО ИРО (http://www.iro.yar.ru/fileadmin/iro/k_fk_bzh/2018/SHCHerbak-Sistema_ocenki-FK.pdf).

Методические материалы

- «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11классы» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М. «Просвещение», 2013 год);
- Настольная книга учителя физической культуры Погадаева Г. И.;
- Справочник учителя физической культуры Киселёва П. А., Киселёва С. Б.;
- Максимейко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2000. - 276
- Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985..

- Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол—игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.
- Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт, 2000.- 86 стр.(Библиотечка тренера)

Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР)

1. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс», «Инфоурок» (<https://infourok.ru>).
2. <https://www.fizkult-ura.ru> -сетевое сообщество терминов по физической культуре и видов спорта, литература, видео, авторские публикации.
3. <https://resh.edu.ru> -сайт синформационно-образовательной средой с большой базой электронных уроков, видео, практическими заданиями.
4. <https://gto76.pф>-сайт с инструкциями по выполнению ВФСК ГТО, сводной таблицей нормативов по возрастам, методическими рекомендациями для сдающих и проводящих ГТО.
5. <https://www.gto.ru>-сайт о ВФСК ГТО: как выполнять, нормативы, документы, медиাগалерея, послы ГТО, контакты.

Цель программы - способствовать овладению отдельными элементами техники и тактики игры в футбол, развитию физических способностей для всестороннего развития организма учащихся, привлечение к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация футбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- обучение технике и тактике игры;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Планируемые результаты изучения программы.

Программа дополнительного образования «Футбол» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «физкультурно-оздоровительная деятельность», «спортивно-оздоровительная деятельность», характеризовать значение соревнований по футболу;
- раскрывать понятия: физическое качество (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость), техника выполнения упражнения, действия;
- ориентироваться в тактических действиях в футболе;
- выявлять связь занятий футболом с досуговой и урочной деятельностью;
- характеризовать роль и значение занятий футболом в режиме труда и отдыха;

- планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о соревнованиях по футболу.

В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:

- установка на здоровый образ жизни;
- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с историей физической культуры РФ;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой и соревновательной деятельности;
- знание основных моральных норм во время проведения тренировочных занятий, соревнований и ориентации на их выполнение;

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам, командной деятельности;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при сдаче нормативов;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения технико- тактических действий в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности.

В результате освоения содержания программного материала по мини-футболу учащиеся по окончании курса должны:

- обосновывать значение занятий футболом в совершенствовании функциональных возможностей организма человека;
- выполнять технические приёмы и тактические действия, игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола;
- классифицировать основные правила соревнований по футболу, наименования разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники, наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- понимать жесты футбольного арбитра;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях футболом;
- играть в футбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты футбольного арбитра;
- проводить судейство по футболу.

Содержание программы.

1. Основы знаний.

История зарождения футбола. Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Футбольный словарь терминов и определений. Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Режим дня при занятиях футболом. Правила личной гигиены во время занятий футболом.

2. Способы двигательной деятельности.

Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Контрольно-тестовые упражнения по общей физической, специальной и технической подготовке.

3. Физическое совершенствование.

Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижные игры без мяча и с мячом. Подвижные игры специальной направленности. Эстафеты на развитие физических, специальных качеств и способами передвижения. Игра «Зеркало». Игра «Минное поле». Игра «Догонялки». Игра «Минное поле» с ведением мяча. Игра «Замри-отомри». «Ведение мяча по прямой». «Движение с мячом в разных направлениях». «Ведение мяча и обвод стояк». Игра 1x1 на площадке 5x5. Игра 2x2; 3x3 без вратаря (малые ворота).

Тактика игры в футбол.

Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+3, 3+1. Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Тактика нападения.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. 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.

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.

Тактика вратаря. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять

правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру.

Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

№ п/п	Поурочное планирование	Вид деятельности учащихся	часы	дата
1.	Техника передвижения (бег лицом вперед с изменением направления и скорости). Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Подвижная игра «Волк во рву». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Зеркало».	Рассказывают и соблюдают правила техники безопасности во время занятий футболом, перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом. Выполняют в упражнениях и подвижных играх бег лицом вперед с изменением направления и скорости.	1	
2.	Техника передвижения (бег спиной вперед). Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Минное поле».	Соблюдают правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполняют в упражнениях и подвижных играх бег спиной вперед.	1	
3.	Техника передвижения (бег приставными шагами и скрестный шаг). История зарождения футбола. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета. Игра 1x1 на площадке 5x5.	Пересказывают факты истории зарождения футбола. Выполняют в упражнениях и подвижных играх бег приставными шагами и скрестный шаг.	1	
4.	Техника передвижения (прыжки толчком двумя ногами и одной ногой). Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Подвижная игра «Охота на зайцев». Эстафета. Игра 1x1 на площадке 5x5.	Приводят примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризуют их вклад в развитие футбола. Выполняют в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком двумя ногами.	1	
5.	Техника передвижения (прыжки толчком одной ногой). Подвижная игра «Опека и преследование». Игра «Зеркало». Игра 1x1 на площадке 5x5.	Выполняют в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком одной ногой.	1	
6.	Техника передвижения (бег различными способами и прыжки). Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Минное поле». Контрольно-тестовые упражнения (техника передвижения).	Выполняют в упражнениях и подвижных играх бег прыжки различными способами. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	

7.	Техника ведения мяча (внешней частью подъема). Подвижная игра «Салки». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой. Игра 1x1 на площадке 5x5.	Выполняют ведение мяча внешней частью подъема.	1	
8.	Техника передвижения (остановка выпадам). Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Зеркало».	Выполняют9. в упражнениях и подвижных играх остановку выпадам.	1	
9.	Техника ведения мяча (средней частью подъема). Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Эстафета. Игра «Догонялки». Игра 1x1 на площадке 5x5.	Соблюдают правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполняют ведение мяча средней частью подъема.	1	
10.	Техника ведение мяча (внешней частью подъема). Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполняют ведение мяча внешней частью подъема.	1	
11.	Техника ведения мяча (внешней частью и серединой подъема). Игра «Зеркало». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча).	Выполняют ведение мяча внешней частью и серединой подъема. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	
12.	Техника ведение мяча (внутренней стороной стопы). Подвижная игра «Охотники и волки». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Догонялки».	Выполняют ведение мяча внутренней стороной стопы.	1	
13.	Техника передвижения (повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге). История зарождения футбола. Подвижная игра «Финты корпусом». Эстафета. Игра «Минное поле» с ведением мяча.	Пересказывают факты истории зарождения футбола. Выполняют в упражнениях и подвижных играх повороты переступанием, прыжком, на опорную ногу.	1	
14.	Техника ведения мяча (различными способами). Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 1x1 на площадке 5x5.	Выполняют ведения мяча различными способами.	1	
15.	Техника ведения мяча (различными способами). Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча, прыжок в длину с места).	Правильно выполняют ведение мяча различными способами. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	

16.	Техника передвижения. Техника ведения мяча. Режим дня при занятиях футболом. Правила личной гигиены во время занятий футболом. Игра «Минное поле». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк».	Рассказывают режим дня, правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполняют и используют в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.	1	
17.	Техника передвижения. Техника ведения мяча. Подвижная игра «Опека и преследование». Эстафета. «Движение с мячом в разных направлениях».	Выполняют и используют в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.	1	
18.	Техника ведения мяча. Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Догонялки». Игра 1x1 на площадке 5x5.	Приводят примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризуют их вклад в развитие футбола. Выполняют ведения мяча различными способами.	1	
19.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Колдовское царство». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполняют технику ведения мяча различными способами.	1	
20.	Техника передвижения. Техника ведения мяча. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета. «Ведение мяча и обвод стояк». Контрольно-тестовые упражнения (челночный бег).	Выполняют и используют в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	
21.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». «ведения мяча по прямой». «Ведение мяча и обвод стояк». Игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполняют ведения мяча различными способами.	1	
22.	Техника ведения мяча. Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях».	Соблюдают правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполняют ведения мяча различными способами.	1	
23	Техника передвижения. Техника ведения мяча. История зарождения футбола. Подвижная игра «Волки-зайцы». Эстафета. Игра 1x1 на площадке 5x5.	Пересказывают факты истории зарождения футбола. Выполняют и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.	1	

24.	Техника ведения мяча. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк». Игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполняют ведение мяча различными способами.	1	
25.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». «Бег с мячом по прямой». Игра «Замри-отомри». Контрольно-тестовые упражнения (ведение).	Выполняют ведение мяча различными способами. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	
26.	Техника передвижения. Техника ведения мяча. Футбольный словарь терминов и определений. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра «Замри-отомри».	Применяют в образовательной, тренировочной, игровой деятельности футбольные термины и определения. Выполняют и используют в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.	1	
27.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Финты корпусом». Игра «Минное поле» с ведением мяча. Игра 1x1 на площадке 5x5.	Выполняют ведение мяча различными способами.	1	
28.	Техника ведения мяча. Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 2x2 без вратарей на малые ворота.	Соблюдают правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполняют ведение мяча различными способами.	1	
29.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». «Ведение мяча и обвод стояк». Игра 2x2 без вратарей на малые ворота. Контрольно-тестовые упражнения (жонглирование).	Выполняют ведение мяча различными способами. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	
30.	Техника ведения мяча. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Замри-отомри». Игра 2x2 без вратарей на малые ворота.	Приводят примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризуют их вклад в развитие футбола. Выполняют ведение мяча различными способами.	1	
31.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Опека и преследование». «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 3x3 без вратарей на малые ворота.	Выполняют ведение мяча различными способами.	1	
32.	Техника ведения мяча. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Контрольно-тестовые упражнения: - ведение 10 м. через четыре маленьких ворот из фишек или конусов. - то же самое, но 2 и 4 ворота располагаются справа от центральной линии, а 1 и 3 с левой. - дистанция 10	Выполняют ведение мяча различными способами. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	

	м. на конце площадки маленькие ворота, ведение 5 м. и удар по воротам.			
33.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». Игра «Замри-отомри». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполняют ведения мяча различными способами.	1	
34.	Техника ведения мяча. Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». Игра «Замри-отомри». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполняют ведения мяча различными способами. Выполняют контрольно-тестовые упражнения.	1	