

ОТДЕЛ ПО ВОПРОСАМ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ АРДАТОВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МУХТОЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1»

Принята Педагогическим советом
Протокол № 11 от 28.08.2018 года

Утверждена приказом директора
№ 216а/1 от 29.08.2018 года



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

**Возраст детей – 9 -17 лет
Срок реализации – 2 года**

Автор – составитель:
Крючков С.Н. -
педагог-организатор ОБЖ

р.п. Мухтолово, 2018 г.

Оглавление

Раздел №1 "Комплекс основных характеристик программы".....	2
1.1 Пояснительная записка.....	2
1.2 Цели и задачи.....	6
1.3 Содержание программы.....	7
1.4 Планируемые результаты.....	18
Раздел №2 "Комплекс организационно -педагогических условий".....	20
2.1 Календарный учебный график.....	20
2.2 Условия реализации программы.....	24
2.3 Формы аттестации.....	25
2.4 Оценочные материалы.....	25
2.5 Список литературы.....	26

Раздел №1 "Комплекс основных характеристик программы"

1.1 Пояснительная записка

Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка, что нашло отражение в Национальной доктрине образования в Российской Федерации, Федеральной программе развития образования. В Концепции модернизации российского образования подчеркнута важнейшая роль учреждений дополнительного образования детей как одного из определяющих факторов развития склонностей, способностей и интересов, социального и профессионального самоопределения детей и молодежи.

Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации и осуществляется не только за счет увеличения количества спортивных школ, но и за счет развития других форм внеклассной и внешкольной работы с детьми, создания физкультурно-оздоровительных и спортивных секций и клубов в учреждениях общего и профессионального образования.

Программа «Футбол» является дополнительной общеобразовательной программой.

Программа имеет **физкультурно - спортивную направленность** (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;
- способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;

- выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Программа «Футбол» разработана с учётом требований следующих правовых нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".
4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
5. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Актуальность данной программы дополнительного образования в том, что посредством занятий футболом ребята формируют определённые жизненные ценности, овладевают опытом самоорганизации, самореализации, воспитывают волю и характер, что, несомненно, необходимо в профессиональном самоопределении, а это, в свою очередь, очень важно на современном этапе развития общества.

Отличительной особенностью содержания данной программы от программ специализированных спортивных школ является количество часов и адаптация к клубным условиям работы на массовость, не на спортивное мастерство.

Педагог должен отвечать следующим требованиям:

- знание теории и практики футбола, возрастных основ теории спортивной тренировки, биомеханики, физиологии, психологии, педагогики и особенно - спортивных игр;
- умение убеждать, увлекать детей;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей ребенка;
- уважительное отношение к детям, забота о здоровье детей;
- применение на занятиях различных форм обучения, направленных на развитие обучающихся.

Программа рассчитана на мальчиков и девочек в возрасте от 8 до 17 лет, в кружок принимаются все желающие.

Сроки реализации общеобразовательной программы. Программа рассчитана на 2 года обучения и обеспечивает непрерывность дополнительного образования. Она построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. 1 год обучения: (младшая возрастная группа: 1 академический час в неделю – 36 часов в год, старшая возрастная группа: 2 академических часа в неделю – 72 часа в год.

2 год обучения: (младшая возрастная группа: 1 академический час в неделю – 36 часов в год, старшая возрастная группа: 2 академических часа в неделю – 72 часа в год.

Форма обучения – очная.

Режим занятий – учебно-тренировочное занятие. Занятия проводятся в форме тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)

В данную программу заложены следующие принципы:

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей ребенка;
- принцип доступности, последовательности.

Режим занятий: 1 раз в неделю: по 1 академическому часу для младшей возрастной группы и по 2 академических часа для старшей возрастной группы. Наряду с практическими занятиями, проводятся и теоретические.

Данная программа создает условия для приобретения общих (универсальных) способов действия (способностей и умений), позволяющих человеку понимать ситуацию, достигать результатов в разных видах деятельности, что составляет основу (сущность) компетентностного подхода в дополнительном образовании.

1.2 Цели и задачи

Цель программы: приобщение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, создание полноценного досуга учащихся через обучение игре в футбол, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

Предметные:

- познакомить ребят с историей футбола как вида спорта;
- дать обучающимся теоретические знания при игре в футбол;
- рассказать о правилах проведения соревнований и турнирной борьбы.

Личностные:

- привить любовь и интерес к футболу и обучению игре,
- научить анализировать свои и чужие ошибки, планировать свою деятельность, развивать самостоятельность,
- научиться уважать соперника.

Метапредметные:

- прививать воспитанникам спортивную технику и тактику футбола;
- совершенствовать физическую подготовку, скоростно-силовые качества и выносливость;

- воспитывать высокие морально волевые качества воспитанникам

1.3 Содержание программы

Учебный план (младшая возрастная группа)

№	Разделы подготовки		Года обучения				Кол-во часов
	1 год обучения	2 год обучения	1 год обучения		2 год обучения		
			1 полугод (в т.ч. атт)	2 полугод (в т.ч. атт)	1 полугод (в т.ч. атт)	2 полугод (в т.ч. атт)	
1.1	Вводное занятие	Вводное занятие	1(1)	-	1(1)	-	2(2)
1.2	Общая физическая подготовка	Общая физическая подготовка	9(1)	-	9 (1)	-	18(2)
1.3	Специальная физическая подготовка	Специальная физическая подготовка	5(2)	-	5(2)	-	10(4)
1.4	Техническая подготовка	Техническая подготовка	2(1)	8(2)	2(1)	8(2)	20(6)
1.5	Тактическая подготовка	Тактическая подготовка	-	5(1)	-	5(1)	10(2)

1.6	Теоретическая подготовка	Теоретическая подготовка	-	1(1)	-	1(1)	2(2)
1.7	Участие в соревнованиях	Участие в соревнованиях	-	3(0)	-	3(0)	6(0)
1.8	Восстановительные мероприятия	Восстановительные мероприятия	-	2(1)		2(1)	4(2)
Всего часов:			17(5)	19(5)	17(5)	19(5)	72(20)
			36(10)		36(10)		

Учебно – тематический план (младшая возрастная группа)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1	1	1	0	опрос
2	Раздел 2	9	1	8	
2.1	Тема 2.1	1	1	0	

2.2	Тема 2.2	1	0	1	
2.3	Тема 2.3	1	0	1	
2.4	Тема 2.4	1	0	1	
2.5	Тема 2.5	1	0	1	
2.6	Тема 2.6	1	0	1	
2.7	Тема 2.7	1	0	1	
2.8	Тема 2.8	1	0	1	
2.9	Тема 2.9	1	0	1	
3	Раздел 3	5	2	3	
3.1	Тема 3.1	1	1	0	соревнования
3.2	Тема 3.2	1	1	0	
3.3	Тема 3.3	1	0	1	
3.4	Тема 3.4	1	0	1	
3.5	Тема 3.5.	1	0	1	
4	Раздел 4	10	3	7	
4.1	Тема 4.1	1	1	0	

4.2	Тема 4.2	1	1	0	
4.3.	Тема 4.3	1	1	0	
4.4	Тема 4.4	1	0	1	
4.5	Тема 4.5	1	0	1	
4.6	Тема 4.6	1	0	1	
4.7	Тема 4.7	1	0	1	
4.8	Тема 4.8	1	0	1	соревнования
4.9	Тема 4.9	1	0	1	
4.10	Тема 4.10	1	0	1	
5	Раздел 5	5	1	4	
5.1	Тема 5.1	1	1	0	
5.2	Тема 5.2	1	0	1	
5.3	Тема 5.3	1	0	1	
5.4	Тема 5.4	1	0	1	
5.5.	Тема 5.5	1	0	1	
6	Раздел 6	1	1	0	

6.1	Тема 6.1	1	1	0	
7	Раздел 7	3	0	3	
7.1	Тема 7.1.	1	0	1	соревнования
7.2	Тема 7.2.	1	0	1	соревнования
7.3	Тема 7.3	1	0	1	соревнования
8	Раздел 8	2	1	1	
8.1	Тема 8.1	1	1	0	
8.2	Тема 8.2	1	0	1	

Учебный план (старшая возрастная группа)

№	Разделы подготовки		Года обучения				Кол-во часов
	1 год обучения	2 год обучения	1 год обучения		2 год обучения		
			1 полугод (в т.ч. атт)	2 полугод (в т.ч. атт)	1 полугод (в т.ч. атт)	2 полугод (в т.ч. атт)	

1.1	Вводное занятие	Вводное занятие	2(2)	-	2(2)	-	4(4)
1.2	Общая физическая подготовка	Общая физическая подготовка	18(2)	-	18(2)	-	36(4)
1.3	Специальная физическая подготовка	Специальная физическая подготовка	10(4)	-	10(4)	-	20(8)
1.4	Техническая подготовка	Техническая подготовка	4(2)	16(4)	4(2)	16(4)	40(12)
1.5	Тактическая подготовка	Тактическая подготовка	-	10(2)	-	10(2)	20(4)
1.6	Теоретическая подготовка	Теоретическая подготовка	-	2(2)	-	2(2)	4(4)
1.7	Участие в соревнованиях	Участие в соревнованиях	-	6(0)	-	6(0)	12(0)
1.8	Восстановительные мероприятия	Восстановительные мероприятия	-	4(2)		4(2)	8(4)
Всего часов:			34(10)	38(10)	34(10)	38(10)	144(40)
			72(20)		72(20)		

Учебно – тематический план (старшая возрастная группа)

№	Название	Количество часов	Формы аттестации/контроля
---	----------	------------------	---------------------------

п/п	раздела, темы	Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1	2	2	0	опрос
2	Раздел 2	18	2	16	
2.1	Тема 2.1	2	2	0	
2.2	Тема 2.2	2	0	2	
2.3	Тема 2.3	2	0	2	
2.4	Тема 2.4	2	0	2	
2.5	Тема 2.5	2	0	2	
2.6	Тема 2.6	2	0	2	
2.7	Тема 2.7	2	0	2	
2.8	Тема 2.8	2	0	2	
2.9	Тема 2.9	2	0	2	
3	Раздел 3	10	4	6	
3.1	Тема 3.1	2	2	0	соревнования
3.2	Тема 3.2	2	2	0	
3.3	Тема 3.3	2	0	2	

3.4	Тема 3.4	2	0	2	
3.5	Тема 3.5.	2	0	2	
4	Раздел 4	20	6	14	
4.1	Тема 4.1	2	2	0	
4.2	Тема 4.2	2	2	0	
4.3.	Тема 4.3	2	2	0	
4.4	Тема 4.4	2	0	2	
4.5	Тема 4.5	2	0	2	
4.6	Тема 4.6	2	0	2	
4.7	Тема 4.7	2	0	2	
4.8	Тема 4.8	2	0	2	соревнования
4.9	Тема 4.9	2	0	2	
4.10	Тема 4.10	2	0	2	
5	Раздел 5	10	2	8	
5.1	Тема 5.1	2	2	0	
5.2	Тема 5.2	2	0	2	

5.3	Тема 5.3	2	0	2	
5.4	Тема 5.4	2	0	2	
5.5.	Тема 5.5	2	0	2	
6	Раздел 6	2	2	0	
6.1	Тема 6.1	2	2	0	
7	Раздел 7	6	0	6	
7.1	Тема 7.1.	2	0	2	соревнования
7.2	Тема 7.2.	2	0	2	соревнования
7.3	Тема 7.3	2	0	2	соревнования
8	Раздел 8	4	2	2	
8.1	Тема 8.1	2	2	0	
8.2	Тема 8.2	2	0	2	

Содержание учебного плана (1 год обучения)

Вводное занятие. Знакомство с детьми. Постановка задач на год.

Общая физическая подготовка.

Теория. Значение общей физической подготовки. Основные требования к физической подготовке. *Практика.* Упражнения на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости.

Специальная физическая подготовка.

Теория. Значение специальной физической подготовки. Основные требования к специальной физической подготовке. *Практика.* Упражнения на развитие специальной физической подготовке.

Техническая подготовка.

Теория. Понятие о спортивной технике. Классификация и терминология технических приёмов.

Практика. Остановка мяча, удары по мячу ногой, головой. Обводки и ложные движения.

Тактическая подготовка.

Теория. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры.

Практика. Высокий темп атаки, атака широким фронтом, скоростное маневрирование, использование скоростной обводки.

Теоретическая подготовка.

Особенности проведения учебно-тренировочных занятий в различных возрастных группах.

Участие в соревнованиях.

Участие в школьных, районных и областных соревнованиях.

Восстановительные мероприятия.

Теория. Виды адекватных средств восстановления.

Практика. Контроль и самоконтроль за процессом восстановления.

Содержание учебного плана (2 год обучения)

Вводное занятие. Знакомство с детьми. Постановка задач на год.

Общая физическая подготовка.

Теория. Значение общей физической подготовки. Основные требования к физической подготовке. *Практика.*

Упражнения на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости.

Специальная физическая подготовка.

Теория. Значение специальной физической подготовки. Основные требования к специальной физической подготовке.

Практика. Упражнения на развитие специальной физической подготовке.

Техническая подготовка.

Теория. Понятие о спортивной технике. Классификация и терминология технических приёмов.

Практика. Остановка мяча, удары по мячу ногой, головой. Обводки и ложные движения.

Тактическая подготовка.

Теория. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры.

Практика. Высокий темп атаки, атака широким фронтом, скоростное маневрирование, использование скоростной обводки.

Теоретическая подготовка.

Особенности проведения учебно-тренировочных занятий в различных возрастных группах.

Участие в соревнованиях.

Участие в школьных, районных и областных соревнованиях.

Восстановительные мероприятия.

Теория. Виды адекватных средств восстановления.

Практика. Контроль и самоконтроль за процессом восстановления.

1.4 Планируемые результаты

К концу первого года обучения дети должны:

- участвовать в соревнованиях по возрастной программе;
- владеть теоретическими знаниями и навыками;
- знать правила спортивного этикета при игре в футбол;

- иметь представление об организации футбольных соревнований,

К концу второго года обучения дети должны:

- знать теоретические сведения о врачебном контроле;

- выполнять контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке;

- осознавать свои ошибки,

- выполнять нормативные требования по присвоению спортивных разрядов.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	Сентябрь	5.09	15.00 – 17.35	беседа	1+2	Футбол – спорт №1 в мире.	Спортзал	
		12.09	15.00 – 17.35	Теория, практика.	1+2	Физическая подготовка.	Спортзал	
		19.09	15.00 – 17.35	практика.	1+2	Бег, подтягивание.	Спортзал	
		26.09	15.00 – 17.35	Теория, практика.	1+2	Работа с мячом в парах.	Спортзал	
2.	октябрь	3.10	15.00 – 17.35	Теоретическое занятие.	1+2	Вбрасывание аута.	Спортзал	
		10.10	15.00 – 17.35	Практическое занятие.	1+2	Подача угловых ударов.	Спортзал	
		17.10	15.00 – 17.35	Практическое занятие.	1+2	Разыгрывание стандартных положений.	Спортзал	
		24.10	15.00 – 17.35	Практическое занятие.	1+2	Разыгрывание стандартных положений.	Спортзал	
3	Октябрь	31.10	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Разминка вратаря.	Спортзал	

	Ноябрь	7.11	15.00 – 17.35	Беседа.	1+2	Подготовка к районным соревнованиям.	Спортзал	
		14.11	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Подготовка к районным соревнованиям.	Спортзал	
		21.11	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Ведение мяча, финты.	Спортзал	
		28.11	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Тактические занятия.	Спортзал	
4.	декабрь	5.12	15.00 – 17.35	Теория	1+2	Анализ выступления команды в районных соревнованиях.	Спортзал	
		12.12	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Мини-футбол - разновидность большого футбола.	Спортзал	
		19.12	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Мини-футбол - разновидность большого футбола.	Спортзал	
		26.12	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Правила разыгрывания аута.	Спортзал	
	январь	16.01	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Тактико-технические занятия	Спортзал	
		23.01	15.00 – 17.35	Теория,	1+2	Тактико-технические занятия	Спортзал	

5.				практика				
		30.01	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Тактико-технические занятия	Спортзал	
6.	февраль	6.02	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Физическая подготовка.	Спортзал	
		13.02	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Физическая подготовка.	Спортзал	
		20.02	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Игровые ситуации.	Спортзал	
		27.02	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Игровые ситуации.	Спортзал	
7.	март	6.03	15.00 – 17.35	Практическое занятие.	1+2	Игровые ситуации.	Спортзал	
		13.03	15.00 – 17.35	Практическое занятие.	1+2	Игра на «втором этаже»	Спортзал	
		20.03	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Игра на «втором этаже»	Спортзал	
		27.03	15.00 – 17.35	практика	1+2	Практические занятия	Спортзал	
	апрель	3.04	15.00 – 17.35	практика	1+2	Практические занятия	Спортзал	

8.		10.04	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Совершенствование физико-технических параметров.	Спортзал	
		17.04	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Совершенствование физико-технических параметров.	Спортзал	
		24.04	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Совершенствование физико-технических параметров.	Спортзал	
9.	май	8.05	15.00 – 17.35	Теория, практика	1+2	Подготовка к районным соревнованиям по футболу.	Спортзал	
		15.05	15.00 – 17.35	Практическое занятие.	1+2	Подготовка к районным соревнованиям по футболу.	Спортзал	
		22.05	15.00 – 17.35	Практическое занятие.	1+2	Подготовка к районным соревнованиям по футболу.	Спортзал	

2.2. Условия реализации программы.

Занятия кружка «Футбол» проводятся в спортивном зале или на школьном футбольном поле.

Методическое обеспечение:

Футбольное поле 80м. х 35 м.

Ворота.

Секции по прыжкам в длину и высоту.

Спортивный зал 22м. х 10м.

Футбольные и мини-футбольные мячи.

2.3 Формы аттестации

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются различные соревнования по футболу и показанные в них результаты.

2.4. Оценочные материалы.

Для успешной реализации программы предлагается систематическое отслеживание результатов деятельности ребенка.

Показатели критериев определяются уровнем: высокий (В) — 3 балла; средний (С) — 2 балла; низкий (Н) — 1 балл.

Участие в различных соревнованиях и показанные в них результаты:

Наличие районных или областных грамот: 3 балла.

Наличие грамот в школьных соревнованиях: 2 балла.

Отсутствие грамот областных, районных или школьных соревнованиях: 1 балл.

2.5. СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Белая А.Н. Еще раз о массаже. Москва, «Знание», 1997.
2. Буйлин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Москва, «ФиС», 1981.
3. Буйлова Л.Н.. Кочнева С.В. организация методической службы учреждений дополнительного образования детей, Москва, «Владос», 2001.
4. Змановский Ю.Ф. К здоровью без лекарств, Москва, «Советский спорт», 1974.
5. Казаков П.Н. Футбол, Москва, «ФиС», 1999.
6. Козловский В.И., Москва, «ФиС», 1974.