

Комитет по образованию города Барнаула
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №98»

Согласовано:
МО классных
руководителей
Протокол №1 от 24.08.2021

Принято:
Педагогическим советом
Протокол №16 от
26.08.2021

Утверждено:
Директор
МБОУ «СОШ №98»
 Т.Г.Ряполова
Приказ № 250 от 26.08.2021



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая)
Программа
«Футбол» 1-й год обучения
Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации данной программы 1 год - 2021/2022 учебный год
Возраст: 7-8 лет

Составил:
Учитель физической культуры
Ельников Сергей Анатольевич

I. Пояснительная записка

Программа курса «Футбол» 1-й год обучения, для учащихся 7-8 лет, составлена на основе программы курса Колодницкий Г. А. Футбол: пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М.: Просвещение, 2011.

Программа курса рассчитана на школьников 7 - 8 лет. Программа направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности.

Новизна данной программы заключается в следующем: в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают расширенное представление об игре в футбол, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут не только самостоятельно играть в футбол, но и реализовать объективное судейство, также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что футбол является одним из базовых видов спорта рабочих программ физического воспитания учащихся в 1-3 классах. Он оказывает на организм школьника всестороннее влияние: совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, развиваются физические способности.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена важностью создания условий для формирования у обучающихся правильного физического развития.

Программа обеспечивает реализацию следующих направлений:

1) оздоровительного - ориентируется на целенаправленное укрепление здоровья обучающихся, углубленное развитие физических качеств и способностей, оптимизацию работоспособности и предупреждение заболеваемости;

2) спортивного - характеризуется углубленным освоением обучающимися на ступени основного общего образования и среднего (полного) общего образования (базовый уровень) одного или нескольких видов спорта, предусмотренных образовательной программой основного и среднего (полного) образования по физической культуре (в т. ч. и национальных видов);

3) общеразвивающего - ориентируется на расширенное и углубленное освоение обучающимися отдельных тем и разделов действующих примерных программ начального общего образования.

Цель и задачи

Основная цель программы способствовать овладению отдельными элементами техники и тактики игры в футбол, развитию физических способностей для всестороннего развития организма учащихся.

Задачи программы:

Обучающие:

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры - футбол;

Развивающие:

- популяризация футбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

Воспитательные:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Результат занятий:

Предметные результаты:

- *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.

Формы проведения занятий

- Групповые занятия под руководством учителя (обучение в сотрудничестве).
- Работа в парах.
- Индивидуальные консультации.

Формы контроля и подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы

- Соревнования;
- Спортивные массовые мероприятия любого уровня.

Контрольные упражнения по физической подготовке

№	Показатели	Возраст	Уровень подготовки		
			5	4	3
1	Бег 30 м (с)	7-8 лет	5,6	7,3	7,5
2	Челночный бег 3x10 м (с)	7-8 лет	9,9	10,8	11,2
3	Бег 1 км	7-8 лет	Без учета времени		
3	Прыжок в длину с места (см)	7-8 лет	155	115	100
4	Подтягивание на турнике (кол-во раз)	7-8 лет	4	2	1

Данная программа рассчитана на 35 часов на весь период.

Срок реализации программы – 1 год (35 недель, по 1 часу в неделю).

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Правила поведения. Техника безопасности. Защитная стойка.	1
2	Закрепление защитной стойки. Перемещение приставным шагом.	1
3	Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения	1

	приставным шагом.	
4	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1
5	Совершенствование перемещения приставным шагом.	1
6	Остановка катящегося мяча подошвой.	1
7	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1
8	Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.	1
9	Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.	1
10	Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд.	1
11	Удар внешней частью подъёма. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.	1
12	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	1
13	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	1
14	Удар носком. Удар серединой подъёма.	1
15	Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъёма.	1
16	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	1
17	Ведение мяча внешней частью подъёма.	1
18	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	1
19	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	1
20	Удар - откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	1
21	Закрепление удара - откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	1
22	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	1
23	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	1
24	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.	1
25	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	1
26	Удар - бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	1
27	Закрепление удара - броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.	1
28	Совершенствование удара - броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	1
29	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.	1
30	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	1
31	Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	1
32	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	1
33	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	1
34	Игра в футбол по упрощенным правилам	1
35	Игра в футбол по упрощенным правилам	1

Перечень учебно-методического обеспечения.

1. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.

2. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов». – М. : Просвещение, 2011. – 95 с.