


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» 2-й год обучения  
Направленность: физкультурно-спортивная  
Срок реализации данной программы 1 год - 2021/2022 учебный год  
Возраст: 9 лет

Составил:  
Учитель физической культуры  
Ельников Сергей Анатольевич

## **I. Пояснительная записка**

Программа курса «Футбол» 2-й год обучения, для учащихся 9 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 9 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)	9 лет	5,6	7,3	7,5
2	Челночный бег 3x10 м (с)	9 лет	9,9	10,8	11,2
3	Бег 1 км	9 лет	Без учета времени		
3	Прыжок в длину с места (см)	9 лет	155	115	100
4	Подтягивание на турнике (кол-во раз)	9 лет	4	2	1

Данная программа рассчитана на 35 часов на весь период обучения.  
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. Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	1
2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой	1

	подъёма.	
3	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	1
4	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	1
5	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	1
6	Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.	1
7	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	1
8	Финт «уходом».	1
9	Закрепление финта «уходом».	1
10	Совершенствование финта «уходом».	1
11	Финт «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма».	1
12	Закрепление финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма».	1
13	Совершенствование финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма».	1
14	Финт «уходом с ложным замахом на удар».	1
15	Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар».	1
16	Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар».	1
17	Финт «остановка мяча подошвой».	1
18	Закрепление финта «остановка мяча подошвой».	1
19	Совершенствование финта «остановка мяча подошвой».	1
20	Совершенствование финта «остановка мяча подошвой».	1
21	Отбор мяча накладыванием стопы.	1
22	Отбор мяча накладыванием стопы.	1
23	Закрепление отбора мяча накладыванием стопы.	1
24	Закрепление отбора мяча накладыванием стопы.	1
25	Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы.	1
26	Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы.	1
27	Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	1
28	Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	1
29	«Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	1
30	«Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	1
31	Разбор игроков. Комбинация «стенка».	1
32	Разбор игроков. Комбинация «стенка».	1
33	Соревнования по футболу (итоговый урок).	1
34	Соревнования по футболу (итоговый урок).	1
35	Соревнования по футболу (итоговый урок).	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.