

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ШКОЛА № 161 ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
194358, Санкт-Петербург, внутригородское муниципальное образование города
федерального значения Санкт-Петербурга, поселок Парголово,
улица Архитектора Белова, дом 5, корпус 2, строение 1**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школа № 161
Выборгского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ школа № 161
Выборгского района Санкт-Петербурга
_____ О.А. Клекоцюк
Приказ № 6-4/ОД от «02» сентября 2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Футбол»

Срок освоения 1 год
Возраст обучающихся от 7 до 11 лет

Разработчик:
Еркин Александр Сергеевич,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (далее – программа) относится к физкультурно-спортивной направленности. На занятиях учащиеся получают разностороннюю общую физическую подготовку. Уровень освоения программы – общеразвивающей.

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Педагогической целесообразностью программы является то, что специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов ребят (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций обучающихся.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность ребят, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. Это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития, и укрепления здоровья для широких слоев населения. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность.

Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу и творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Игровая и тренировочная деятельность оказывают комплексное и разностороннее воздействие на

организм, развивают основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. Круглогодичные занятия футболом в различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни, ловкости, силы и выносливости, развивать мышечную массу и мыслительные способности занимающихся.

Новизна программы.

В процессе занятий по этой программе у учащихся этого возраста не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность - мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Объем и срок реализации программы.

Программа «Футбол» предусматривает 1 год обучения. Время, отведенное на обучение, составляет 144 часа в год, 4 часа в неделю. Занятия проходят 2 раза в неделю. Включая участие в соревнованиях и турнирах различного уровня.

Основная цель программы:

Формирование мотивации учащихся к активному, здоровому образу жизни, посредством приобщения к игре в футбол.

Задачи:

Обучающие:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и координирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- развить хорошую общефизическую подготовку;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развить быстроту, координацию, силу, ловкость, прыгучесть, гибкость, реакцию, внимание, сообразительность обучающихся;
- снизить уровень заболеваемости и пропагандировать здоровый образ жизни.

Воспитательные:

- сформировать у учащегося чувство ценных нравственных и морально-

волевых качеств, уважение к символам страны;

- сформировать доброжелательное отношение друг к другу;
- укрепить дружбу, чувство товарищества и взаимопонимание между обучающимися.

Условия реализации программы:

Программа «Футбол» реализуется для учащихся 7–11 лет. Срок реализации программы 1 год.

Режим работы:

Первый год обучения - 144 часа в год, 4 часа в неделю: 2 раза в неделю

Условия набора.

В «Футбол» принимаются все желающие (по заявлению родителей), не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Форма организации занятий — групповая:

Количество обучающихся в группах:

1 год обучения не более 15 человек

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Учащиеся должны

Знать:

- об особенностях зарождения, истории футбола;
- основы личной гигиены;
- правила игры в футбол.

Уметь:

- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть основами техники футбола.
- различные приемы владения мяча.
- знать основы судейства.

Личностные и метапредметные результаты освоения программы «Футбол»

Результаты освоения программного материала оцениваются по трем базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

Личностные результаты:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям спортом в целом и активное отношение к тренировочным занятиям в частности;
- сформировать систему представлений о режиме жизнедеятельности спортсменов;
- сформировать навыки здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- будут иметь представление о понятиях «дружба», «товарищество»;
- будут уметь планировать режим дня;
- приобретут умение прогнозировать, планировать, определять последовательность действий в связи с поставленной задачей, или сложившейся ситуацией;
- приобретут способность к волевому усилию (саморегуляции).

Предметные результаты:

- овладеют навыками технической подготовки футболиста (ведение, передачи мяча, удары по мячу);
- овладеют элементарными навыками тактики ведения мяча;
- разовьют основные физические качества (быстрота, координация движений, ловкость);
- будут знать основные правила игры в футбол;
- приобретут навыки участия в, спортивных соревнованиях различных уровней (ОУ, район).

Формы учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- групповое занятие;
- инструктаж;
- игра;
- соревнование;
- тестирование.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по волейболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники футбола.

Типы занятий.

Занятия включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в футбол. В практической части углублено изучаются технические приемы и тактические комбинации. В занятиях с учащимися 7-11 лет целесообразно акцентировать внимание на комбинированные упражнения, технику передач и учебно-тренировочные игры.

Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

Виды занятий:

- Групповые

Методы обучения:

Словесные методы - устное изложение материала, формулирование задач, обсуждение результатов.

Наглядные методы – показ упражнений, фрагментов игр и соревнований.

Практические методы – отработка навыков и тактических упражнений в игре.

Репродуктивные методы – формирование навыков путем повторения и закрепления результатов теоретической и практической работы.

Частично-поисковые – стимулирование самостоятельных версий выполнения упражнений, решения тактических задач.

Беседы - лекции по правилам гигиены, технике безопасности, оказание первой помощи при травмах при проведении игры.

Материально-техническое обеспечение программы.

Для успешной реализации программы «Футбол» необходимы следующие материалы и инструменты:

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ.

Спортивный инвентарь:

Футбольные ворота

Мячи футбольные

Фишки

Стойки-барьеры

Манишки

Лестница координационная

Кольца для бега

Скакалки

Балансировочная полусфера

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
--------------	-----------------------------------	----------------------------	----------------------	--------------------------	---------------

1 год обучения	9 сентября 2024 года	программе 30 мая 2025 года	36	1 год обучения – 144 часа	1 год обучения – 4 часа в неделю
----------------	----------------------	-------------------------------	----	---------------------------	----------------------------------

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия	
			План	Фактическое
1	Техника безопасности.	2	09.09.2024	
2	История развития футбола в России.	2	13.09.2024	
3	Правила игры в футбол.	2	16.09.2024	
4	Техника удара по мячу ногой	2	20.09.2024	
5	Остановка мяча.	2	23.09.2024	
6	Удары по мячу головой	2	27.09.2024	
7	Техника удара по мячу ногой	2	30.09.2024	
8	Ведение мяча	2	04.10.2024	
9	Комбинации из изученного	2	07.10.2024	
10	Отбор мяча	2	11.10.2024	
11	Техника игры вратаря	2	14.10.2024	
12	Техника удара по мячу ногой	2	18.10.2024	
13	Остановка мяча	2	21.10.2024	
14	Удар по мячу головой	2	25.10.2024	
15	Ведение мяча	2	28.10.2024	
16	Остановка мяча	2	01.11.2024	
17	Удары по мячу головой	2	08.11.2024	
18	Ведение мяча	2	11.11.2024	
19	Техника удара по мячу ногой	2	15.11.2024	
20	Остановка мяча	2	18.11.2024	
21	Комбинации из изученного	2	22.11.2024	
22	Ведение мяча	2	25.11.2024	
23	Остановка мяча	2	29.11.2024	
24	Ведение мяча	2	02.12.2024	
25	Техника удара по мячу ногой	2	06.12.2024	
26	Остановка мяча	2	09.12.2024	
27	Удары по воротам	2	13.12.2024	
28	Передача мяча	2	16.12.2024	
29	Удары по воротам и передача	2	20.12.2024	
30	Комбинации из изученного	2	23.12.2024	
31	Передача по дистанции	2	27.12.2024	
32	Инструктаж по технике безопасности. Передача по направлениям	2	10.01.2025	
33	Передача по траектории	2	13.01.2025	
34	Атакующая схема 4х3х3	2	17.01.2025	
35	Атакующая схема 3х5х2	2	20.01.2025	
36	Оборонительная схема 5х4х1	2	24.01.2025	
37	Оборонительная схема 4х3х2х1	2	27.01.2025	

38	Сбалансированная схема 4x4x2	2	31.01.2025	
39	Сбалансированная схем 4x2x3x1	2	03.02.2025	
40	Тактические особенности в футболе и мини-футболе	2	07.02.2025	
41	Передача мяча	2	10.02.2025	
42	Отбор мяча	2	14.02.2025	
43	Удары по воротам	2	17.02.2025	
44	Передача мяча	2	21.02.2025	
45	Удары по воротам	2	24.02.2025	
46	Комбинации из изученного	2	28.02.2025	
47	Остановка мяча	2	03.03.2025	
48	Отбор мяча	2	07.03.2025	
49	Передача мяча	2	10.03.2025	
50	Удары по воротам	2	14.03.2025	
51	Комбинации из изученного	2	17.03.2025	
52	Остановка мяча	2	21.03.2025	
53	Отбор мяча	2	24.03.2025	
54	Передача мяча	2	28.03.2025	
55	Удары по воротам	2	31.08.2025	
56	Комбинации из изученного	2	04.04.2025	
57	Остановка мяча	2	07.04.2025	
58	Отбор мяча	2	11.04.2025	
59	Передача мяча	2	14.04.2025	
60	Удары по воротам	2	18.04.2025	
61	Комбинации из изученного	2	21.04.2025	
62	Остановка мяча	2	25.04.2025	
63	Отбор мяча	2	28.04.2025	
64	Передача мяча	2	05.05.2025	
65	Удары по воротам	2	12.05.2025	
66	Комбинации из изученного	2	16.05.2025	
67	Остановка мяча	2	19.05.2025	
68	Отбор мяча	2	21.05.2025	
69	Экскурсия или соревнование	2	23.05.2025	
70	Экскурсия или соревнование	2	26.05.2025	
71	Сдача нормативов	2	28.05.2025	
72	Итоговое занятие	2	30.05.2025	

По окончании первого года обучения, учащийся должны:

1. Знать особенности зарождения, истории футбола;
2. Знать основы личной гигиены;
3. Знать правила игры в футбол.
4. Уметь выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
5. Владеть основами техники футбола.
6. Владеть различными приемами владения мяча.
7. Знать основы судейства.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом

в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.

Принцип дополнительности - монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности. Принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний "открывается" перед учащимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия. Принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности. Принцип сознательности и активности учащихся предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению,

условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков. Принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения. Принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития. Принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

Методическое обеспечения:

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются:

- ежедневные наблюдения на занятиях;
- контрольные занятия;
- соревнования;
- диагностика мотивов посещения;
- диагностические карты результативности обучения;
- анкетирование.

Для отслеживания результатов образовательной деятельности по Программе проводится диагностика:

- *Входная.* Проводится в сентябре и определяет стартовый уровень
- *Промежуточная.* Она проводится в декабре на открытом занятии.

Итоговая. Проводится в конце учебного года на открытом занятии или по результатам соревнований. По итогам диагностики обучающийся получает зачет/не зачет и переводится на следующий год обучения.

Результаты диагностики отражаются в диагностической карте по определению уровня усвоения программы по обучению игре с мячом. (Приложение 1).

Методические материалы:

1. Андерсон Крис , Сэлли Дэвид . Игра с числами. Виртуозные стратегии и тактики на футбольном поле, Серия Спорт изнутри, ЭКСМО М. 2016
2. Малькольм Кук «101 упражнение для юных футболистов» Астрель АСТ, М., 2014.
3. Рогальский Н-Дегель Э.-Г. «Футбол для юношей» ФиС М., 2014
4. Цирик Б.Я. Дукашин Ю.С. «Футбол» ФиС, М. 2013
5. Уилсон Джонатан Революции на газоне. Книга о футбольных тактиках [2-е изд., испр.] Серия Спорт. Лучший мировой опыт, ЭКСМО, М., 2018
6. Штуденер Х.Зольф В. «Тренировка футболистов» ФиС, М., 2012
7. «Юный футболист» Состав. Козловский В.И. ФиС , М., 2012. «Правила игры в футбол » Сборник. Астрель АСТ , М., 2013

Дидактические материалы:

1. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев. (мини-футбол, игра для всех.) «Советский спорт».
2. С.Н.Андреев, Э.Г.Алиев. (Мини-футбол в школе) «Советский спорт

**Диагностическая карта по определению уровня усвоения дополнительной
общеразвивающей программы
«Футбол»**

педагога дополнительного образования Еркина Александра Сергеевича

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Элементы игры в футбол				Итого	
		Ведение мяча «змейкой»		Удар по воротам		начало года	конец года
		начало года	конец года	начало года	конец года		
1.							
2.							
3.							
4.							
	Итого: В, С, Н, НЕ						

В – высокий, С – средний, Н – низкий, НЕ – очень низкий.

В, С, Н – зачет;

НЕ – не зачет.

Методика диагностики:

Виды движения	Средний уровень
Ведение мяча 10 м. «змейкой» между конусами расставленными на расстоянии 1,5 м. не теряя мяч (ведение мяча осуществляется последовательными толчками внешней и внутренней стороной стопы, поочередно, то правой, то левой ногой)	Ведение, перемещаясь шагом, незначительные ошибки в технике ведения, 1-2 раза потеря мяча.
Удар по воротам (расстояние 4 м., размер ворот 1x2 м.): прямо и под углом 45 градусов.	5 ударов – 3 попадания.

Форма проведения итогов реализации программы: соревнования, спортивные игры совместно с родителями.

Критерии оценки мета предметных и личностных результатов освоения программы

Уровень мотивации к занятиям по мозговому штурму	Постоянно интересуется	Периодически интересуется	Не интересуется
Уровень социализации	Выполняет все требования и нормы, принятые в объединении, считает себя полноправным членом коллектива, соблюдает технику безопасности	С удовольствием выполняет большинство требований и норм, принятых в объединении, считает себя лучше или хуже других членов коллектива	Нарушает принятые в объединении нормы поведения, противопоставляет себя группе, не соблюдает технику безопасности
Уровень коммуникативной культуры	Не испытывает трудностей в общении с педагогом, адекватно реагирует на его просьбы, критику, требования. Свободно общается со всеми участниками объединения	Небольшие, легко устранимые затруднения в общении с педагогом: отказ в выполнении ряда просьб, несогласие с замечаниями и критикой, готовность и желание разбираться в случае проблем, избирательное общение	Остро реагирует на критику и замечания со стороны педагога, игнорирует его просьбы и требования. Испытывает проблемы в общении с родителями других учащихся. Обособленная позиция, замкнутость, конфликты с другими учащимися
Кругозор в области когнитивных навыков	Систематическое посещение занятий, просмотры видеоматериалов, прочитывание литературы, выполнение заданий	Эпизодическое посещение культурных мероприятий, просмотры видеоматериалов, выполнение заданий	Нет данных о посещении мероприятий, просмотре видеоматериалов и выполнении заданий.