

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 573
Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ школы №573 Приморского района
Санкт-Петербурга
(Протокол от 17.05.2022 № 5)

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора ГБОУ
школы № 573
Приморского района
Санкт-Петербурга
от 17.05.2022 № 46/3
_____ (И.В.Назарова)

« _____ » _____ 2022 года

Рабочая программа
«Футбол»

Возраст учащихся: 7-8 лет

Срок реализации: 2 года

4 часа в неделю (144ч.)

Разработчик:
Ваулин Сергей Валериевич

Санкт-Петербург

Пояснительная записка

Рабочая программа по «Футболу» составлена для учащихся ГБОУ школа №573 Приморского района Санкт-Петербурга на основе:

- Основной общеобразовательной программы основного общего образования ГБОУ школа №573 Приморского района Санкт-Петербурга, утвержденной приказом директора №58 от 20.05.2021;
- Локальным актом «Положение о рабочей программе учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) ГБОУ школа №573 Приморского района Санкт-Петербурга», утвержденного приказом директора № 69 от 28.08.2020.
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации // Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р;
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей";
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017. №617-Р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- Положение о школьном спортивном клубе;

Направленность.

Образовательная программа «Футбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

Программа направлена, в первую очередь, на укрепление здоровья, физическое совершенствование учащихся, формирование здорового образа жизни.

Актуальность

В настоящее время важным элементом молодежной политики государства является приобщение учащихся к здоровому образу жизни, привлечение подростков к занятиям спортом и развитие физических данных. Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что в результате её освоения в детях воспитывается коллективизм, умение подчинять свои амбиции интересам команды, чувство ответственности за свои действия и поступки, спортивно-волевые качества.

Объёмы и сроки освоения программы.

Общее количество часов – 144

Срок освоения программы – 2 года

Уровень: базовый

Отличительная особенность программы.

Занятия футболом способствуют не только развитию физической, морально-волевой личности ребенка, но и формирует полноценный коллектив единомышленников.

Адресат программы.

В объединение принимаются как мальчики, так и девочки с 10 - 17 лет, демонстрирующие интерес к занятиям физической подготовкой и спортом, без медицинских противопоказаний.

Цель программы:

Данной программы является укрепление физического здоровья и приобщения детей к систематическим занятиям спортом через овладение навыками игры в футбол.

Задачи программы:

- *обучающая:*

- Познакомить с историей футбола;
- Обучить правилам игры в футбол;
- Основам техники, тактики, правилам судейства и организацией проведения соревнований;
- Обучить специальной терминологии и жестам судей.

- *развивающие:*

- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Развивать координационные движения, ловкость, быстроту;
- Развивать память и скорость мышления;
- Развивать коммуникативные качества личности ребенка;
- Развивать морально-волевые качества;
- Расширение спортивного кругозора детей

- *воспитательные:*

Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;
- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников

Условия реализации программы.

Возраст детей: 10 - 17 лет

Формирование групп:

Группы формируются на основании заявлений и допуска врача. Возможен допуск сразу на второй год обучения при прохождении тестирования, сдачи нормативов или собеседования. Возможны разновозрастные группы.

Срок реализации:

Программа рассчитана на полную реализацию в течение 2 лет:

1 год обучения – 144 часа

2 год обучения – 144 часа.

Режим занятий:

2 раза в неделю по 2 часа, а также выезды на соревнования.

Формы занятий:

Командная, малыми группами, индивидуальная.

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	2		2	
2	Общие основы футбол	6		6	тест
3	Общефизическая подготовка	6	14	20	зачёт
4	Специальная	6	14	20	

	подготовка				
5	Техническая подготовка	6	20	26	зачёт
6	Тактическая подготовка	6	18	24	зачёт
7	Игровая подготовка	6	24	30	зачёт
8	Контрольные и календарные игры	2	12	14	
9	Итоговое занятие		2	2	зачёт
	Итого часов в год	40	104	144	

Ожидаемый результаты 1 года обучения:

Знать:

- теоретические сведения о футболе, правила игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;
- правила охраны труда и пожарной безопасности;
- азы тактической подготовки

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальный уровень работоспособности;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

Ожидаемые результаты 2 года обучения:

Знать:

- представление о футболе в России, о спортивной квалификации, разрядах, званиях;
- как правильно распределять нагрузки в режиме дня;
- улучшат свои нравственные и волевые качества, станут более выносливыми к любым нагрузкам;
- технико-тактический арсенал игры в футбол;
- разнообразную игровую практику;

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальный уровень работоспособности;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

Календарно-тематический план.

№п/п	дата	Тема урока	Основные вопросы и понятия	Деятельность учащихся
1		Родительское собрание	Знакомство_с программой	
2		Комплектование групп		
3		Дополнительное собрание родителей и учащихся		

4		Вводный инструктаж объединения. Техника безопасности	Охрана труда и правила поведения. Правила техники безопасности	
5		Просмотр навыков. Игровое занятие		Играют в футбол.
6		Просмотр навыков. Игровое занятие		
7		ОФП	- Упражнения для развития быстроты - Упражнения для развития ловкости - Упражнения для развития гибкости - Упражнения для развития прыгучести. Удары по мячу головой - Остановка мяча. Ведение мяча. Нападение. Выход для получения мяча на свободное место. - Обманный выход для отвлечения защитника. - Розыгрыш мяча короткими передачами. - Атака ворот. - «Передай мяч и выходи». - Защита . Противодействие получению мяча. - Противодействие выходу на свободное место. - Противодействие розыгрышу мяча. - Противодействие атаке ворот . - Подстраховка. - Система личной защиты. Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 мини-футбола.	Совершенствуют физическую форму. Отрабатывают технику паса.
8		ОФП		
9		Обучение игре в пас		
10		Обучение игре в пас		
11		Передача мяча внутренней стороной стопы		
12		Передача мяча внутренней стороной стопы		
13		Передача мяча внешней стороной стопы		Совершенствуют физическую форму. Отрабатывают остановку мяча.
14		Передача мяча внешней стороной стопы		
15		Передача мяча правой и левой ногой		
16		Передача мяча правой и левой ногой		
17		ОФП		
18		ОФП		
19		Остановка мяча		
20		Остановка мяча		
21		Остановка мяча с уходом		
22		Остановка мяча с уходом		
23		Остановка мяча с закрыванием корпусом	Совершенствуют физическую форму. Отрабатывают удары по мячу.	
24		Остановка мяча с закрыванием корпусом		
25		ОФП	Совершенствуют физическую форму.	
26		ОФП		
27		Удары внутренней стороной стопы, подъёмом, носком	Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 мини-футбола. <u>Практика</u> - Отработка техники и тактики при игре в мини-футбол. Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам мини-футбола. - Товарищеские игры с	Отрабатывают удары по мячу.
28		Удары внутренней стороной стопы, подъёмом, носком		
29		Удары с хода с прокатом		
30		Удары с хода с прокатом		
31		Удары слета, головой		
32		Удары слета, головой		
33		ОФП	Совершенствуют физическую форму.	
34		ОФП		

			командами соседних школ. - Итоговые контрольные игры.		
35		Отработка действий в защите	азы тактической подготовки	Выполняют технико-тактические задания	
36		Отработка действий в защите			
37		Действия в защите 5 на 4			
38		Действия в защите 5 на 4			
39		Подстраховка защитников, индивидуальные действия	индивидуальный двигательный режим	Совершенствуют физическую форму. Выполняют технико-тактические задания	
40		Подстраховка защитников, индивидуальные действия			
41		ОФП			
42		ОФП			
43		Выход из под прессинга			
44		Выход из под прессинга			
45		Отработка выхода в контр атаку			
46		Отработка выхода в контр атаку			
47		Отработка выхода из обороны			
48		Отработка выхода из обороны			
49		ОФП			
50		ОФП			
51		Игровое занятие		Играют в футбол.	
52		Игровое занятие			
53		Отработка прессинга		Выполняют технико-тактические задания	
54		Отработка прессинга			
55		Активная оборона			
56		Активная оборона		Совершенствуют физическую форму.	
57		ОФП			
58		ОФП			
59		Контроль мяча		Выполняют технико-тактические задания	
60		Контроль мяча			
61		Игра на удержание		технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида	Играют в футбол.
62		Игра на удержание			
63		Игровое занятие			
64		Игровое занятие			
65		Игровое занятие			
66		Игровое занятие			
67		ОФП			
68		ОФП			
69		Удары по мячу	Выполняют удары по мячу.		
70		Удары по мячу			
71		Игра «Квадрат»	Выполняют технико-тактические задания.		
72		Игра «Квадрат»			
73		Игра на удержание			
74		Игра на удержание	Совершенствуют физическую форму.		
75		ОФП			
76		ОФП			
77		Передачи в 1-2 касания		Выполняют технико-	

78		Передачи в 1-2 касания		тактические задания.
79		Выходы к воротам		
80		Выходы к воротам		
81		Игра 5 на 4		
82		Игра 5 на 4		
83		ОФП	индивидуальный двигательный режим	Совершенствуют физическую форму.
84		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
85		Кросс		Выполняют удары по мячу.
86		Кросс		
87		Удары		
88		Удары		
89		Игровое занятие	технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида	Играют в футбол.
90		Игровое занятие		
91		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
92		ОФП		
93		Игра 3на 3		Выполняют технико- тактические задания.
94		Игра 3на 3		
95		Прессинг		
96		Прессинг		
97		Выход из прессинга		
98		Выход из прессинга		
99		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
100		ОФП		
101		Разбор угловых	азы тактической подготовки	Изучают тактику.
102		Разбор угловых		
103		Разбор аутов		
104		Разбор аутов		
105		Разбор штрафных		
106		Разбор штрафных		
107		ОФП	индивидуальный двигательный режим	Совершенствуют физическую форму.
108		ОФП		Играют в футбол.
109		Игровое занятие		
110		Игровое занятие		
111		Скоростно-силовая работа		Совершенствуют физическую форму.
112		Скоростно-силовая работа		
113		Техника обработки мяча		Выполняют технико- тактические задания.
114		Техника обработки мяча		
115		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
116		ОФП		
117		Обводка игрока		Выполняют технико- тактические задания.
118		Обводка игрока		
119		Финты		
120		Финты		
121		Выход 2 на 2		
122		Выход 2 на 2		
123		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
124		ОФП		

125		Игровое занятие		Играют в футбол.					
126		Игровое занятие	азы тактической подготовки						
127		Отработка стандартных положений			Отрабатывают стандартные положения				
128		Отработка стандартных положений							
129		Тактическое занятие				Изучают тактику.			
130		Тактическое занятие							
131		ОФП					Совершенствуют физическую форму.		
132		ОФП							
133		Игра по заданию						Играют в футбол.	
134		Игра по заданию							
135		Игровое занятие							Подведение итогов года. Соревнования в группе.
136		Игровое занятие							
137		Свободное занятие							
138		Свободное занятие							
139		ОФП		Совершенствуют физическую форму.					
140		ОФП							
141		Чемпионат среди занимающихся	Участвуют в чемпионате.						
142		Чемпионат среди занимающихся							
143		Итоговое занятие			Играют в футбол.				
144		Итоговое занятие							

Оценочные и методические материалы

Методическое обеспечение образовательной программы

№	Тема программы	Форма занятия	Методы и приёмы организации образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Форма подведения итогов
1	Общие основы футбола	Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, беседа, практические задания.	Литература, плакаты(строение человека, судейская жестикуляция) Правила судейства в футболе.	Контрольные тесты
2	Общесфизическая подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, работа в парах.	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Контрольные нормативы
3	Специальная подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-	Словесный, практические занятия, работа в парах, наглядный	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи	Контрольные нормативы

		групповая, в парах	показ педагогом.		
4	Техническая подготовка	Индивидуальна, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, работа в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Плакаты ,мячи	Учебная игра, промежуточные тест
5	Тактическая подготовка	Индивидуальна, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, работа в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Плакаты ,мячи	Учебная игра, промежуточные тест
6	Игровая подготовка	Групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, соревнования, товарищеские матчи, учебно-тренировочные и контрольные игры	Практические занятия, работа в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи	Учебная игра, товарищеские матчи