

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЧУРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

РАССМОТРЕНО

на заседании МС школы

Протокол № 5

от «16» мая 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы \_\_\_\_\_

Пантюхина Г.Н.

Приказ № 147

от «19» мая 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
**«ЮНЫЙ ФУТБОЛИСТ»**

Срок реализации:

1 год

Возраст учащихся:

8-10 лет

Автор-составитель:

Агафонов Денис Петрович,  
педагог дополнительного образования

село Чур  
2023 г.

### **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист» составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г.

- «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утв. Приказом Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196).

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»,

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

- Приказом № 427 от 05.04.2021 «О внесении изменений в приказ от 20 марта 2018 г. № 281 «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей УР» и иных нормативных правовых документов.

- «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года» (утв. Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р).

- Положением о дополнительных общеразвивающих образовательных программах, структуре, порядке их разработки, рассмотрения и утверждения.

- Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам и иных нормативных правовых документов.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист» отнесена к программам физкультурно-спортивной направленности и относится к базовому уровню.

### **Актуальность программы.**

За последние годы обострилась проблема состояния здоровья населения, увеличилось число граждан, злоупотребляющих алкоголем и наркотическими средствами, наблюдается рост детской и подростковой преступности. Спорт является важным социальным фактором в воспитании самостоятельной, гармонично развитой личности, способной адаптироваться к изменяющимся условиям социума.

### **Педагогическая целесообразность программы.**

Педагогическая целесообразность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по футболу состоит в том, что она обеспечивает развитие физических, интеллектуальных способностей и нравственных качеств; формирует навыки спортивного стиля жизни, совершенствует культуру двигательной и спортивной активности; повышает физическую работоспособность, психофизическую подготовку к будущей профессиональной деятельности. Систематические занятия футболом улучшают деятельность центральной нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и др., что плодотворно сказывается на здоровье занимающихся.

### **Новизна программы.**

Новизна состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством игры в футбол. Благодаря тому, что отведено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование технико-тактических приемов, это позволяет привлечь как можно больше учащихся к занятиям по футболу и привить им любовь к этому виду спорта.

### **Отличительная особенность программы.**

Отличительная особенность программы в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, достигшим 8-10 летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

**Вариативностью** содержания является то, что программа предусматривает, в зависимости от индивидуальных особенностей детей, включение в план разнообразного набора средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач.

### **Адресат программы и условия набора.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня «Юный футболист» рассчитана на работу с обучающимися в возрасте 8 - 10 лет. Данная программа разработана с учётом возрастных особенностей обучающихся. Количество детей в группе-15 человек.

Группа формируется на внеконкурсной основе из всех желающих, проявивших интерес к данной деятельности, не имеющих отклонений по состоянию здоровья, по письменному заявлению родителя (законного представителя).

### **Объем и срок освоения программы**

Программа «Юный футболист» рассчитана на один год обучения: 108 учебных часа.

**Преимуществом программы** с предметными программами общеобразовательной школы или с программами других образовательных организаций.

<b>возраст</b>	<b>Предмет</b>	<b>Тема в школьной программе</b>	<b>Дополнительное образование</b>
8 лет	Математика	Счет. Четные не четные числа. Деление.	Умение рассчитывать по порядку и на «первый, второй» Перестроение в 2, 3,4 колонны. Умение считать количество выполненных заданий.

8-9 лет	Математика	Геометрические фигуры. Четырехугольники. Треугольники. Прямая.	Круг. Умение в группах ставить в круг, в квадрат, в одну шеренгу.
9-10 лет	Математика	Единицы времени. (минута, секунда)	При выполнении заданий по времени умение анализировать лучший результат.
8-10 лет	Математика	Счет. Четные не четные числа. Деление на 2.	Умение рассчитывать по порядку и на «первый, второй» Перестроение в 2 колонны.
8-10 лет	Познай себя.	ЗОЖ, строение человека. Правила личной гигиены. Режим дня.	При выполнении ОРУ определяют части тела (шея, рука, туловище, нога, стопа и т.д.) Знакомятся с правилами личной гигиены, ЗОЖ, режимом

#### **Формы и режим занятий:**

Форма обучения: обучение по программе «Юный футболист» базового уровня проводится в очной форме. Программа предусматривает проведение занятий – групповые, фронтальные, коллективные.

Формы занятий: игры, соревнования, беседы, мастер-классы и другие.

Режим занятий – 3 часа в неделю.

#### **Технологии обучения и их обоснование.**

- Здоровьесберегающая технология способствует снижению вероятности травм на занятиях; способствует снижению усталости после значительной физической нагрузки; укреплению здоровья воспитанников и формированию стойкого интереса к систематическим занятиям спортом.
- Технология личностно-ориентированного обучения. Благодаря данной технологии педагог имеет возможность учитывать индивидуальные особенности каждого воспитанника при планировании и проведении учебно-тренировочного процесса.
- Проблемное обучение. Основой проблемного обучения является целенаправленное формирование таких условий, при которых обучающиеся должны применять умения и навыки для преодоления искусственно-созданных препятствий на пути к достижению поставленной цели.
- Игровая образовательная технология включает: повышение интереса к систематическим занятиям спортом у каждого обучающегося; создание командного духа; увеличение двигательной активности обучающихся; повышение эмоциональности учебно-тренировочного процесса.

**Цель программы:** Создание условий для удовлетворения потребностей учащихся в занятиях спортом, в стремлении к здоровому образу жизни через игру в футбол.

### Задачи программы.

#### Образовательные:

1. развивать двигательные, координационные способности, скоростные качества, выносливость, быстроту перестроения двигательных действий учащихся;
2. развивать целеустремленность, уверенность, выдержку, самообладание;
3. привить навыки здорового образа жизни;
4. содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;
5. формировать у детей интереса и любви к футболу и спорту.

### Учебный план программы.

№	Название раздела. Тема.	Кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
Диагностика		1		1	Стартовый мониторинг
1.	Техника безопасности. Введение:	2	2	0	Текущий контроль (собеседование, опрос)
2.	Правила игры:	4	4	0	Текущий контроль (опрос)
3.	Общая физическая подготовка:	20	2	18	Текущий контроль (собеседование)
4.	Специальная физическая подготовка:	20	4	16	Текущий контроль (собеседование)
Диагностика		1		1	Промежуточный мониторинг
5.	Техническая подготовка:	28	2	26	Текущий контроль (выполнение технических приемов)
6.	Тактическая подготовка:	16	2	14	Текущий контроль (выполнение технических приемов)

7.	Учебно-тренировочная игра	14	0	14	Текущий контроль (выполнение технических приемов)
8.	Итоги года. Диагностика	2	0	2	Тестовые задания. (итоговый мониторинг)
	Всего:	108	16	92	

### Содержание учебного плана

#### Раздел 1. Техника безопасности. Введение (2 часа)

Теория: Тема 1.1 Правила безопасности при занятиях футболом. История возникновения и развития футбола.

Тема 1.2 Современное состояние футбола.

#### Раздел 2. Правила игры (4 часа)

Теория: Тема 2.1-2.1 Терминология в футболе.

Тема 2.2-2.4 Правила игры.

#### Раздел 3. Общая физическая подготовка (20 часов)

Теория: Тема 3.1 Значение ОФП в подготовке футболистов.

Тема 3.2 Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств.

Практика: Тема 3.3-3.8 Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств.

Тема 3.9-3.14 Упражнения на снарядах, тренажерах

Тема 3.15-3.16 Спортивные игры

#### Раздел 4. Специальная физическая подготовка (20 часов)

Теория: Тема 4.1 Значение СПФ в подготовке футболистов

Практика: 4.1-4.5 Значение СПФ в подготовке футболистов

Практика: 4.6-4.10 Развитие координационных способностей

Теория: Тема 4.11 Развитие скоростных способностей

Практика: Тема 4.11-4.15 Развитие скоростных способностей

Теория: Тема 4.16 Развитие силовых способностей

Практика: Тема 4.16-20 Развитие силовых способностей

#### Раздел 5. Техническая подготовка (28 часов)

Теория: Тема 5.1 Значение технической подготовки в футболе.

Тема 5.2 Характеристика техники сильнейших футболистов.

Практика: Тема 5.3-5.4 Техника передвижений

Тема 5.5-5.6 Стойка игрока, перемещение в стойке

Тема 5.7-5.8 Техника владения мячом

Тема 5.9-5.10 Ведение мяча с сопротивлением

Тема 5.11-5.12 Ведение мяча без сопротивления

Тема 5.13-5.14 Выбивание мяча

Тема 5.15-5.16 Техника ловли, передачи, ведения мяча

Тема 5.17-5.18 Удары по мячу внутренней и внешней стороной стопы

Тема 5.19-5.20 Техника нападения  
Тема 5.21-5.22 Отбор и перехват мяча  
Тема 5.23-5.24 Техника защиты  
Тема 5.25-5.26 Остановка летящего мяча подошвой, грудью  
Тема 5.27-5.28 Техника передвижений, остановок и поворотов

### **Раздел 6. Тактическая подготовка (16 часов)**

Теория: Тема 6.1 Значение технической и тактической подготовки в футболе.

Тема 6.2 Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.

Практика: Тема 6.3 Индивидуальные тактические действия в нападении и защите.

Тема 6.4-6.5 Индивидуальные тактические действия в нападении

Тема 6.6-6.7 Индивидуальные тактические действия в защите

Тема 6.8-6.9 Командные тактические действия в защите

Тема 6.10-6.16 Тактика свободного нападения

### **Раздел 7. Учебно-тренировочная игра (16 часов)**

Практика: Тема 7.1-7.11 Учебно-тренировочная игра.

**Раздел 8. Итоги года (2 часа).** Практика: Тема 8.1-8.2 Итоговое занятие.  
Контрольная игра в футбол.

#### **Планируемые результаты.**

К концу реализации программы обучающиеся *будут знать*:

- историю возникновения и основные правила футбола;
- первоначальные основы здорового образа жизни.

*будут уметь*:

- играть в футбол, соблюдая правила игры;
- проявлять активность в играх и упражнениях.

*У обучающихся будут развиты:*

- основные физические качества;
- интерес и мотивация к занятиям физической культуры.

#### **Ожидаемый результат реализации программы.**

В результате освоения программы у обучающихся сформируются:

##### **Личностные:**

- развитие навыков коммуникативного общения учащихся со сверстниками и педагогами;
- управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам;
- формирование портфолио учащегося.

##### **Предметные:**

- формирование стартовых компетенций учащихся в области физической культуры и спорта;
- умение регулировать величину физической нагрузки в зависимости индивидуальных особенностей организма.

##### **Метапредметные:**

- развитие личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющие свободу выбора профессиональной деятельности;
- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости;
- владение широким арсеналом двигательных действий при игре в футбол используется в самостоятельно организуемой физкультурно-спортивной деятельности.

### **Календарный учебный график.**

<u>месяц</u>				
	<u>№ недели</u>	<u>1 год</u>		
		<u>Т</u>	<u>П</u>	<u>К</u>
сентябрь	1			к
	2		п	
	3	т		
	4		п	
октябрь	1.	т		
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
	5.		п	
ноябрь	1.	т	п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.	т	п	
декабрь	1.	т	п	к
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
январь	1.		п	
	2.	т		
	3.		п	
февраль	1.	т	п	
	2.		п	
	3.		п	



	4.		п	
март	1.	т	п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
апрель	1.	т	п	
	2.		п	
	3.		п	
	4.		п	
май	1.		п	
	2.		п	
	3.		п	к
	4.		п	
Итого:	108	16	92	3

### Условия реализации программы.

Для реализации общеразвивающей программы «Юный футболист» необходимо выполнение ряда условий: соответствующее место проведения (спортзал, площадка на улице, стадион) с необходимым оборудованием и инвентарем:

- мячи футбольные (10шт.);
- футбольные мини – ворота;
- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);
- мячи для метания;
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- гимнастические скамейки;
- скакалки;
- секундомер;
- рулетка;
- свисток.

Интернет-ресурсы: диски, презентации.

### Рабочая программа воспитания.

Цель: воспитание гармонично развитой, социально активной, ответственной личности.

Основные задачи:

- формирование основы мировоззрения личности с учетом отечественных традиций, современного опыта, достижений науки, спорта, культуры и искусства;
- воспитание сознательного отношения к обучению; к труду, общественно полезной работе и бережного отношения к личности (взаимоуважение, взаимопомощь), общественному достоянию;



### Методическое обеспечение программы

№	Название раздела, темы	Формы занятий Приемы и методы обучения	Дидактический материал, техническое оснащение
1.	Техника безопасности. Введение	Беседа Словесный (объяснение нового материала)	Специальная литература и инструкция по технике безопасности
2.	Правила игры	Беседа Словесный, (объяснение) Конспекты занятий для педагога	Литература, справочные материалы
3.	Общая физическая подготовка	Беседа, практическая часть Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, справочные материалы, мячи на каждого обучающегося
4.	Специальная физическая подготовка	Беседа, практическая часть Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Литература, справочные материалы, мячи на каждого обучающегося
5.	Техническая подготовка	Беседа, практическая часть Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Литература, справочные материалы, мячи на каждого обучающегося
6.	Тактическая подготовка	Беседа, практическая часть Словесный, объяснение нового материала, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, справочные материалы, мячи на каждого обучающегося
7.	Учебно-тренировочная игра	Практическая часть Практические занятия, технические приемы в парах, тренировки, Учебная игра.	Мячи на каждого ребенка
8.	Итоговое занятие	Практическая часть Учебная игра. Контрольная игра	Мяч

### Список литературы.

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 2008.
2. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: Советский спорт, 2010. – 336 с.
3. Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Методика тренировки техники головой. – М.: «ТВТ Дивизион», 2006.
4. Голомазов С.В., Б.Г. Чирва Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» – М.: «ТВТ Дивизион», 2006.
5. Заваров А.: Футбол – СПб: Питер, 2010.
6. Кузнецов А.А. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия, Человек, 2010г.
7. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов (12-16 лет) . – М.: «Аст-рель», 2011.
8. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с
9. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. – М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство АСТ», 2004. -863с.
10. Перепекин В.А. Восстановление работоспособности футболистов – М.: «Олимпия, Пресс», 2006
11. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010. – 128 с.
12. Тюленьков С.Ю. Футбол в зале: система подготовки. – М.: Терра – спорт, 2010.

### Интернет ресурсы:

1. Министерство спорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/>
2. Российский футбольный союз <http://www.rfs.ru/>
3. Энциклопедия по видам спорта <http://www.infosport.ru/sp/>
4. <http://amfr.ru/edu/mishka/> - сайт ассоциации мини – футбола России. Общероссийский проект мини- футбол в школу



15. Какое наказание получает футболист, умышленно нарушающий правила 9м при выполнении штрафных и свободных ударов? (Предупреждение, а при повторном нарушении – удаление с поля.)
16. Засчитывается ли мяч, забитый непосредственно с удара от ворот? (Нет.)
17. Что означает поднятая вверх рука судьи? (Свободный удар.)
18. Что означает жест судьи: обе руки подняты вверх, пальцы сжаты кулаки? (Время всей игры или её половины истекло.)
19. Какое решение принимает судья, если вратарь, держа мяч в руках, сделает в своей штрафной площади более 4 шагов? (Назначается свободный удар, который производится игроком команды соперников с места нарушения.)
20. Какое решение принимает судья, если игрок, выполняющий удар от ворот, передаст мяч в руки своему вратарю? (Повторяется удар от ворот.)
21. Какое решение принимает судья, если любой игрок, кроме вратаря, сыграет в своей штрафной площади рукой? (Назначается 11-метровый удар.)
22. Засчитывается ли гол, если игрок, выполняя 11-метровый удар, попадает мячом в стойку (при этом мяч не касается вратаря) и повторным ударом забивает мяч в ворота? (Нет.)  
Какое решение принимает судья в этом случае? (Назначается штрафной удар в сторону команды, пробившей 11-метровый)
23. Должен ли судья остановить игру, если мяч попадет в него и вновь отскакивает в поле? (Нет.)
24. Засчитывается ли мяч, вброшенный в ворота непосредственно из-за боковой линии? (Нет.)
25. Какое решение принимает судья, если мяч вброшен из-за боковой линии: а) в ворота соперников; б) в свои ворота? (а) удар от ворот; (б) назначается угловой удар.
26. Какое решение принимает судья, если игрок, выполняющий начальный удар, направляет мяч назад, т.е. в сторону своих ворот? (Начальный удар повторяется.)
27. Кто из выдающихся спортсменов был капитаном сборной команды СССР по футболу и капитаном сборной команды СССР по хоккею? (Заслуженный мастер спорта В.М.Бобров.)
28. В каких городах состоялись предварительные и финальные игры футбольного турнира XXII Олимпийских игр? (Предварительные – в Москве, Киеве, Ленинграде, Минске; финальные – в Москве.)
29. Когда и на каких Олимпийских играх советские футболисты завоевывали звание чемпионов? (В 1956г., на XVI Олимпийских играх в Мельбурне.)
30. Кто автор известного футбольного марша? (Композитор М.Блантер.)
31. В каком году впервые стали проводиться розыгрыши Кубка СССР по футболу и кто стал его первым обладателем? (В 1936г.; команда «Локомотив», Москва.)
32. В каком году впервые стали проводиться чемпионаты страны по футболу среди клубных команд? Кто стал первым чемпионом? (В 1936г., «Динамо», Москва.)
33. В каком году и где состоялся I чемпионат мира по футболу среди юниоров? (В 1977г., в Тунисе.)
34. Какая команда стала победителем I чемпионата мира среди юниоров? (Сборная СССР.)
35. В каком году и где состоялся II чемпионат мира по футболу среди юниоров? (В 1979г., в Японии.)
36. Какая команда стала победителем II чемпионата мира среди юниоров? (Сборная Аргентины.)
37. Кто из советских футболистов был удостоен награды лучшему футболисту Европы «Золотой мяч»? (Лев Яшин и Олег Блохин.)