

ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 416  
Петродворцового района  
Санкт-Петербурга

Подписано электронной подписью  
14.12.2023 11:03

директор

Ивашкина Наталья Емелина

7819018130-1-170254141 МО учителей

**РАСМОТРЕНА**

на заседании МО учителей  
математики и информатики

ГБОУ средней  
общеобразовательной  
школы № 416

Протокол № 3

от « 29 » августа 2023 г.

**ПРИНЯТА**

решением педагогического  
совета ГБОУ средней

общеобразовательной  
школы № 416

Протокол № 9

от « 31 » августа 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ средней  
общеобразовательной  
школы № 416

\_\_\_\_\_ Н.Е. Ивашкина

« 31 » августа 2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса «Футбол»

(название предмета, курса)

1

(класс)

срок реализации рабочей программы 2023-2024 учебный год

Ф.И.О. учителя \_\_\_\_\_

Хенин Адексей Вячеславович \_\_\_\_\_

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Нормативно- правовые документы**

#### **Федеральный уровень:**

1. «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»//Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474.
2. «Об образовании в Российской Федерации» //Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
3. «О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся» // Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ.
4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка».

#### **Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р:**

1. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года //Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р:

- «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 (действует до 01.09.2023г).
- Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации

- Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы "Петербургские перспективы" // Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.01.2020 №105-р.
- Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2020-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 21.08.2020 №24-рп.

#### **Об образовании в российской Федерации// Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ**

Футбол - командная игра, но на начальном этапе многолетней подготовки командные задачи вторичны. На первый план выходит индивидуальное обучение техническим приёмам и развитие координационных способностей юных футболистов. В футболе будущего особенно востребованными окажутся игроки, индивидуальное техническое мастерство которых позволит им эффективно играть в насыщенных соперниками зонах поля.

Футбол – это игра со своими законами и правилами. Кроме того, в футболе действуют общие закономерности и принципы подготовки спортсменов, свойственные всем видам спорта. И поэтому тренировочный процесс должен строиться на основе этих закономерностей и принципов. Есть, например, закономерности освоения технических приёмов. Одна из них заключается в том, что в основе эффективности техники лежит хорошая внутримышечная и межмышечная координация. Такая координация развивается и совершенствуется при многократном повторении одного и того же технического приёма, вначале в стандартных, а потом и в самых разнообразных условиях. Многократное повторение технических приёмов – мы должны воспроизвести в организованных условиях футбольных школ.

**Актуальность данной программы.** В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно- оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему среди наиболее эффективных средств спортивно- оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время футбол занимает видное место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную

систему, укрепляет иммунную систему организма.

**Педагогическая целесообразность программы** связана с реализацией обеспечивающая формирование различных ценностей:

- формируются установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- развиваются коммуникативные навыки: сотрудничество со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций, готовность слушать собеседника и вести диалог; определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения и оценку событий;
- воспитываются самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- идёт развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; физические потребности к тренировкам и участия в соревнованиях.

**Объём и срок освоения программы.** Программа рассчитана на 1 год обучения. **Всего 37 часов.** **Цель программы** – раскрытие физического, спортивного, волевого потенциала личности обучающихся, обеспечение содержательного нравственно-здорового досуга.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- Обучение основам игры в футбол;
- Подготовка квалифицированных спортсменов;
- Обучение теории техники и тактики игры.

*Воспитательные:*

- Воспитание отношения к футболу как к серьёзным, полезным и нужным занятиям, имеющим спортивную и физическую направленность;
- Воспитание настойчивости, целеустремлённости, находчивости, внимательности, уверенности, воли, трудолюбия, коллективизма;
- Выработка умения применять полученные знания на практике.

*Развивающие:*

- Развитие стремления к самостоятельности;
- Развитие физических способностей: силы, быстроты, ловкости выносливости и умения производить расчёты на несколько ходов вперёд, образного и аналитического мышления;
- Осуществление всестороннего физического развития.

#### **Условия реализации программы**

Набор детей в группу осуществляется с 6 - 8 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной и подготовительной группе здоровья и имеющие медицинский допуск врача. Наполняемость учебных группы 10-15 человек. По окончании курса обучающиеся будут знать основы теории и практики футбольной игры, уметь производить расчёты на несколько ходов вперёд, моделировать комбинации игры, овладеют элементарными навыками игры в футбол.

При реализации программы используется безотметочная система оценки знаний, индивидуальные результаты обучающихся фиксируются по результатам футбольных турниров (официальных игр).

#### **Формы проведения занятий**

В ходе реализации программы сочетаются следующие формы занятий: групповая. Групповые занятия предназначены для формирования у детей целостного восприятия разучиваемых оркестровых произведений, а также развития умений и навыков.

### Структура спортивного занятия.

Занятие состоит из трех частей: вводная (разминка – разогревание мышц); основная (работа - отработка определенного элемента игры); заключительная (закрепление пройденного материала). В программе использованы различные методы работы, такие как наглядно-слуховой, наглядно- зрительный, практический. Данные методы способствуют целостному развитию учащихся, формированию у них практических умений и навыков, представлений, развитию креативности. Для повышения общего творческого потенциала учеников, стимулирования их деятельности важным моментом является участие в соревнованиях.

### **материально-техническое обеспечение программы**

*Техническое и материальное обеспечение:*

- Наличие спортивного зала (24x12 м) и спортивной площадки;
- Наличие футбольных мячей №4 и №5 на каждого ученика;
- Конусы (цветные);
- Манишки;

### **Планируемые результаты**

Отражаются в индивидуальных качественных компетенциях учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения программы.

Личностные результаты:

- овладевать техникой и тактикой игры в футбол;
- повышать мотивацию к изучению потребности играть в футбол;
- ориентироваться в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих;
- давать себе установку на здоровый образ жизни.
- развивать любознательность и сообразительность;
- развивать способность к самооценке на основе критерия успешности;
- реализовать установку на ЗОЖ в реальном поведении и поступках.

Метапредметные результаты:

- планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и с условиями её реализации;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учёта характера сделанных ошибок.
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- самостоятельно учитывать действия в новом учебном материале;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательнымиявляются:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием дополнительной литературы;
- устанавливать причинно-следственные связи.
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и интернета;
- осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей.

Коммуникативнымиявляются:

- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

### **Особенности организации образовательного процесса**

- Занятия проводятся в форме тренировочного занятия во второй половине дня после уроков;
- Поиск новых педагогических технологий и методик преподавания спортивной игры

футбол.

### **Формы организации деятельности детей на занятии**

- фронтальная (работа педагога со всеми учащимися одновременно: показ, объяснение, беседа);
- коллективная (организация взаимодействия между всеми детьми одновременно: групповой показ, игра);
- групповая (совместные действия, общение, взаимопомощь: работа в малых группах, группах сменного состава, в парах);
- индивидуальная (для коррекции пробелов в знаниях, отработки отдельных навыков).

### **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование (темы) раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Содержание</b>
1	<b>Теоретическая подготовка</b>	2	Правила игры в футболе и жестикуляция судей
2	<b>Физическая подготовка футболистов</b>	3	1. Бег, передвижения боком, спиной вперёд, повороты. 2. Ускорения, остановки, прыжки, рывки, кроссы. 3. Комбинации из освоенных элементов.
3	<b>Ведения мяча и жонглирование</b>	6	Ведение мяча: Внутренней и внешней сторонами подъёма; с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений; с обводкой стоек; с применением обманных движений; с последующим ударом в цель; после остановок разными способами. Жонглирование мячом: одной ногой /стопой/; двумя ногами /стопами/; двумя ногами /бёдрами/; с чередованием «стопа-бедро» одной ногой; с чередованием «стопа-бедро» двумя ногами; головой; с чередованием «стопа-бедро-голова».
4	<b>Удары и остановки мяча</b>	10	Остановки мяча: мяча, катящегося по газону с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку, - подошвой и разными частями стопы; мяча, летящего по воздуху, - стопой, бедром, грудью и головой. Передачи мяча: короткие, средние и длинные; выполняемые разными частями стопы;

			<p>головой;</p> <p>если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть: а) неподвижен, б) мяч движется по траве или по воздуху с разной скоростью, и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.</p> <p>Удары по мячу: удар по неподвижному мячу; после прямолинейного бега; после зигзагообразного бега; после имитации сопротивления партнёра; после реального сопротивления партнёра (игра 1×1).</p> <p>Удары по движущемуся мячу: прямолинейное ведение и удар; обводка стоек и удар; обводка партнёра и удар.</p> <p>Удары после приёма мяча: после коротких, средних и длинных передач мяча; 2. после игры в стенку (короткую и длинную).</p> <p>Удары в затруднённых условиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• по летящему мячу;</li> <li>• из-под прессинга;</li> <li>• в игровом упражнении 1×1. 3.</li> <li>• Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры. Удары в реальной игре:</li> <li>• завершение игровых эпизодов;</li> <li>• штрафные и угловые удары.</li> </ul>
5	<b>Передачи и отбор мяча</b>	5	<p>Передача после остановки мяча. Передача после ведения мяча. Передача в одно касание. Отбор выбиванием мяча. Отбор перехватом на опережение. Выбрасывание мяча из аута. Техника передвижений в игре. Обводка соперника в борьбе или без борьбы.</p>
6	<b>Нормативы и соревнования</b>	11	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Приём нормативов по физической подготовке.</li> <li>• Приём нормативов по специальной физической подготовке.</li> <li>• Приём нормативов по технической подготовке.</li> <li>• Участие в официальных соревнованиях. Участие в турнирах и товарищеских встречах.</li> </ul>
<b>Итого</b>		<b>37</b>	

С учётом всего вышесказанного составлена эта программа, в основе которой

лежит принцип: много повторений одного и того же технического приёма в разных упражнениях. Повторений, как в стандартных, так и в ситуационных условиях.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<b>1.</b>	<b>Теоретическая подготовка</b>	<b>2</b>
1.1	Правила игры в мини- футболе и жестикуляция судей	2
<b>2.</b>	<b>Физическая подготовка футболистов</b>	<b>3</b>
2.1	Бег, передвижения боком, спиной вперед, повороты	1
2.2	Ускорения, остановки, прыжки, рывки, кроссы	1
2.3	Комбинации из освоенных элементов	1
<b>3.</b>	<b>Ведения мяча и жонглирование</b>	<b>6</b>
3.1	Перекатывание мяча вперед, назад, в стороны	1
3.2	Ведение мяча ведущая правая, левая, попеременно	1
3.3	Ведение мяча по прямой, зигзагами, по кругу	1
3.4	Жонглирование двумя ногами(стопами) попеременно. Жонглирование двумя ногами(бедрами) попеременно	1
3.5	Жонглирование одной ногой(стопой) не опуская ногу	1
3.6	Жонглирование головой. Жонглирование всеми частями тела попеременно	1
<b>4.</b>	<b>Удары и остановки мяча</b>	<b>10</b>
4.1	Удар внутренней частью стопы	1
4.2	Удар внешней частью стопы	1
4.3	Удар подъёмом стопы	3
4.4	Удар с лета	1
4.5	Удар головой	1
4.6	Остановка подошвой стопы	2
4.7	Остановка коленом	1
<b>5.</b>	<b>Передачи и отбор мяча</b>	<b>5</b>
5.1	Передача после остановки мяча	1
5.2	Передача после ведения мяча	1
5.3	Передача в одно касание	1
5.4	Отбор выбиванием мяча	1
5.5	Отбор перехватом на опережение	1
<b>6.</b>	<b>Нормативы и соревнования</b>	<b>11</b>
6.1	По физической подготовке	1
6.2	По специальной физической подготовке	1
6.3	По технической подготовке	1
6.4	Участие в официальных соревнованиях	2
6.5	Участие в турнирах и товарищеских встречах	6
<b>Итого:</b>		<b>37</b>

## Методические материалы

<p><b>Описание методов, приёмов, технологий, практик, используемых в программе.</b></p>	<p><b>Методы обучения:</b></p> <p>В программе использованы различные методы работы, такие как наглядно- слуховой, наглядно- зрительный, практический. Данные методы способствуют целостному развитию учащихся, формированию у них практических умений и навыков, представлений, развитию креативности.</p> <p><b>Педагогические технологии:</b></p> <p>Программа предусматривает возможность организации образовательного процесса индивидуального и группового обучения, в очно – заочном или заочном формате с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В течение года в случае возникновения сложной эпидемиологической обстановки возможен переход полностью или частично на электронное обучение с применением дистанционных технологий с учётом требований действующих Санитарно-эпидемиологических правил.</p>
<p><b>Перечень дидактических средств(Иллюстративные. Демонстрационные. Раздаточные)</b></p>	<p><b>Организационно- педагогические средства:</b></p> <p>методические рекомендации по проведению занятий, по подготовке участия в соревнованиях.</p> <p><b>Дидактические средства:</b></p> <p><b>демонстрационные:</b></p> <p>электронные видео фрагменты совершенствования элементов техники игры;</p> <p><b>иллюстративные:</b></p> <p>иллюстрации технико- тактических приёмов игры</p> <p><b>раздаточные:</b></p> <p>по выполнению упражнений над совершенствованием физических качеств по методу круговой тренировки</p> <p><b>электронные образовательные ресурсы:</b></p> <p>презентации к темам программы, CD/DVD с записями выступлений профессиональных команд</p>



## Оценочные материалы

<b>Сроки, виды, формы и методы отслеживания результата</b>	<p><b>Входной контроль</b> - проводится в сентябре (на первых занятиях) для учащихся 1-го года обучения с целью выявления индивидуальных особенностей учащихся, уровня их физических способностей.</p> <p><b>Текущий контроль</b>- проводится в течение года, возможен на каждом занятии, по окончании изучения темы (раздела)</p> <p><b>Промежуточная аттестация</b> – в конце полугодия учебного года (декабрь), проверка освоения программы и учёт изменений.</p> <p><b>Итоговый контроль (оценивание)</b> -проводится в конце обучения по программе –обобщение результатов контроля за весь учебный год обучения.</p> <p><b>Формы и методы:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- выполнение практических заданий для определения уровня развития технико- тактических навыков,</li><li>- педагогическое наблюдение и анализ выполнения заданий.</li></ul>
<b>Формы фиксации результата</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Портфолио, копилка достижений</li><li>- Видео, аудиозаписи</li><li>- Грамоты, дипломы</li></ul>

## ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

### Перечень литературных источников

**для педагога:**

***Теория и методика спортивной тренировки***

1. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки / К.А. Буццичелли, пер.: М. Прокопьева, Т. Бомпа .— [3-еизд.] .— М. : Спорт, 2019 .— 385 с.
2. Григорьева, И.И. Образование и спортивная подготовка: процессы модернизации. Вопросы и ответы. Ч. I. Организация тренировочного процесса / Д.Н. Черноног, ред.: Ю.Д. Нагорных, И.И. Григорьева .— М. :Спорт, 2019.— 297 с.
3. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте/ Ю. В. Верхошанский .— 3-е изд. — М. : Советский спорт, 2018 .— 214 с.
4. Занковец, В. Э. Энциклопедия тестирований / В. Э. Занковец .— М. : Спорт, 2019 .— 457 с.
7. Якимов, А.М. Основы тренерского мастерства / А.М. Якимов .— 2-е изд. — М. : Спорт, 2018 .— 177 с.
8. Селуянов, В.Н. Футбол: проблемы физической и технической подготовки / В.Н. Селуянов, К.С. Сарсания, В.А. Заборова. - Долгопрудный: Интеллект, 2019. - 160 с.

***Психологическая подготовка***

1. Ильин Е.П. Психология спорта: книга из серии «Мастера психологии» - Питер СПб. – 2018 – 352 с.
2. Загайнов Р.М. Психология современного спорта высших достижений : Записки практического психолога спорт/ Р.М. Загайнов. – М. : Советский спорт, 2019. – 292 с.

**для обучающихся:**

***Перечень ресурсов сети «Интернет», необходимых для освоения программы***

Сайт Российского футбольного союза [www.rfs.ru](http://www.rfs.ru) Раздел «Наши методики