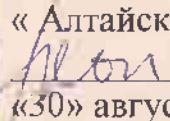
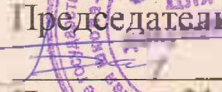


Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Кадетская школа - интерна «Алтайский кадетский корпус»

Согласовано  
Зам.директора по ВР  
КГБОУ «КШИ  
«Алтайский кадетский корпус»  
 Н.И. Копылова  
«30» августа 2022 г.

Утверждено  
решение педсовета протокол  
№ 1 от «31» августа 2022 г  
Председатель педсовета  
 Г.С. Байраковский  
Приказ от 31.08.2022г № 306

**Дополнительная общеразвивающая  
программа «Футбол» на 2022 – 2023 учебный год  
(физкультурно-спортивной направленности, базовый уровень,  
возраст 14 – 18 лет, количество часов 136ч)**

Составил:  
Учитель физической культуры:  
Гуров К.А.

ЗАО Сибирский, 2022 г

## Пояснительная записка

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Актуальность программы:** Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшения состояния здоровья, а главное - воспитывая личность, способную к самостоятельной творческой деятельности.

**Отличительные особенности:** Программа последовательно решает задачи физического воспитания:

- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;
- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным долгом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- приобретение знаний в области гигиены, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;
- развитие основных двигательных качеств (скоростные качества, выносливость, ловкость, меткость, смекалку, прыгучесть);
- применение изученных приёмов в соревнованиях;
- использование свободного времени для сохранения и укрепления здоровья.

**Адресат программы:** Программа предназначена для оздоровительной работы с учащимися 9-11 классов, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Программа спортивной секции «Футбол» составлена с целью закрепления у учащихся интереса к коллективным спортивным играм, к футболу.

**Объем и срок освоения программы:** Программа рассчитана на 1 год, по два занятия в неделю, каждое по 2 часа.

**Форма обучения:** очная

**Особенности организации** Программа по футболу является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. Принята в общеобразовательном учреждении, где используется программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича.

### Цели и задачи программы

Игра в футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

*Личностные цели:*

формируются основы саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности, толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям, навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, и других видах деятельности,

бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь

*Метапредметные цели:*

Уметь самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленной цели и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях, продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной, физкультурной спортивной деятельности. Организация сотрудничества со сверстниками и педагогами, способность к построению индивидуальной образовательной программы, владение навыками учебно-исследовательской и социальной деятельности.

*Предметные цели:*

Углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол), владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств, владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Основными задачами программы являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

**Учебный план**

№	Название разделов	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы знаний	6	6	-	Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь,
2	Общая и специально физическая подготовка	50	10	40	

3	Техника и тактика игры	80	10	70	май).
---	------------------------	----	----	----	-------

**Формы проведения аттестации/контроля:** контрольное задание, подведение итогов, участие в соревнованиях, выполнение упражнений, педагогическое наблюдение.

### Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	беседа	2	Спортзал	Подведение итогов по
2	Основные правила игры в футбол	беседа	2	Спортзал	технической и
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	практика	4	Спортзал	общефизической подготовке
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	практика	4	Спортзал	ТК
5	Ведение мяча	практика	4	Спортзал	ТК
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	практика	4	Спортзал	ТК
7	Удар носком	практика	4	Спортзал	ТК
8	Удар серединой лба на месте	практика	4	Спортзал	ТК
9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	практика	4	Спортзал	ТК
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	практика	4	Спортзал	ТК
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	практика	4	Спортзал	ТК
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	практика	4	Спортзал	ТК
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	практика	4	Спортзал	ТК
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	практика	4	Спортзал	ТК
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	практика	4	Спортзал	ТК
16	Обманные движения (финты)	практика	4	Спортзал	ТК
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	практика	4	Спортзал	ТК
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и	практика	4	Спортзал	ТК

	владения мячом				
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	практика	4	Спортзал	ТК
20	Резаные удары	практика	4	Спортзал	ТК
21	Удар по мячу серединой лба	практика	4	Спортзал	ТК
22	Удар боковой частью лба	практика	4	Спортзал	ТК
23	Остановка катящегося мяча подошвой	практика	4	Спортзал	ТК
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	практика	4	Спортзал	ТК
25	Остановка мяча грудью	практика	4	Спортзал	ТК
26	Совершенствование техники ведения мяча	практика	4	Спортзал	ТК
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	практика	4	Спортзал	ТК
28	Отбор мяча подкатом	практика	4	Спортзал	ТК
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом	практика	4	Спортзал	ТК
30	Финт ударом	практика	4	Спортзал	ТК
31	Финт остановкой	практика	4	Спортзал	Подведение итогов по технической и общефизической подготовке
32	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	практика	4	Спортзал	
33	Тактические действия в нападении	практика	4	Спортзал	
34	Двухсторонняя игра (Соревнование)	практика	4	Спортзал	соревнование
35	Двухсторонняя игра	практика	4	Спортзал	соревнование

### Содержание программы

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний, общая и специально физическая подготовка, техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества. \*

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.



В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры, играть в футбол и применять навыки при участии в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

### **Планируемые результаты**

#### *Личностные результаты:*

формируются основы саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности, толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям, навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, и других видах деятельности, бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь

#### *Метапредметные результаты:*

Уметь самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленной цели и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях, продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты, самостоятельность в планировании и осуществлении учебной, физкультурной спортивной деятельности. Организация сотрудничества со сверстниками и педагогами, способность к построению индивидуальной образовательной программы, владение навыками учебно-исследовательской и социальной деятельности.

#### *Предметные результаты:*

Углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол), владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью, владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств, владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;

### **Календарный учебный график**

Количество учебных недель: 35

Количество учебных дней: 68

Продолжительность каникул: осенние каникулы с 30.10.21г по 07.11.21г  
 Зимние каникулы с 29.12.21г по 09.01.22 г  
 Весенние каникулы с 06.03.22г по 03.04.22г

Дата начала и окончания периода: 01.09.2021 -31.05.2022

Режим занятий:

Год обучения	Режим занятий	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
1 год обучения	2 раза в неделю по 2 часа	4 часа	136 часов

№	Дата проведения	Тема занятия	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1		Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	вторник, среда	беседа	2	Спортзал	Подведение итогов по технической и общефизической подготовке
2		Основные правила игры в футбол	вторник, среда	беседа	2	Спортзал	
3		Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	вторник, среда	практика	4	Спортзал	
4		Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
5		Ведение мяча	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
6		Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
7		Удар носком	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
8		Удар серединой лба на месте	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
9		Вбрасывание мяча из-за боковой линии	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
10		Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
11		Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК

12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
16	Обманные движения (финты)	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
20	Резаные удары	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
21	Удар по мячу серединой лба	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
22	Удар боковой частью лба	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
23	Остановка катящегося мяча подошвой	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
25	Остановка мяча грудью	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
26	Совершенствование техники ведения мяча	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
28	Отбор мяча подкатом	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК



		уходом					
30		Финт ударом	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
31		Финт остановкой	вторник, среда	практика	4	Спортзал	Подведени е итогов по техническо й и общефизич еской подготовке
32		Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	вторник, среда	практика	4	Спортзал	
33		Тактические действия в нападении	вторник, среда	практика	4	Спортзал	
34		Двухстороння игра (Соревнование)	вторник, среда	практика	4	Спортзал	соревнован ие
35		Двухстороння игра	вторник, среда	практика	4	Спортзал	соревнован ие

### Условия реализации программы Обеспечение секции.

1. Футбольные мячи 6 шт.
2. Футбольное поле для мини-футбола.
3. Ворота 2 шт.
4. Свисток.
5. Флажок.

Кадровое обеспечение: учитель физической культуры первой квалификационной категории Гуров К.А.

### Система оценки достижения планируемых результатов.

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май). В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

### Оценочные материалы

Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности распределяются по трём уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение воспитанниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятиях спортом; о спортивной игре мини-футбол, о принятых в обществе нормах отношения к природе, о способах организации досуга, участие в соревнованиях на секции.
2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений воспитанника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям, участие в соревнованиях в школе.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение воспитанником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; организация досуга; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими школьниками и принятия на себя ответственности за других. Спортивно-оздоровительная деятельность воспитанников за пределами школы (в районе, между отрядами летних оздоровительных лагерей).

#### **Методические материалы**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часу в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

#### **Список информационных источников**

1. Стандарт среднего общего образования по физической культуре.
2. В.И.Лях. Физическая культура. Рабочие программы. (Предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И.Ляха. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. –2-е изд. - М.: Просвещение, 2012.)
3. В.И.Лях. Физическая культура. Рабочие программы. (Предметная линия учебников В.И.Ляха. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2015.)
4. В.И.Лях. Физическая культура. Методические рекомендации. 8-9 классы.

5. Физическая культура. Методические рекомендации. 10-11 классы Лях В. И. (Линия УМК: УМК В. И. Лях, 10-11 кл.)
6. Г.А.Колодницкий., В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол (Серия «Работаем по новым стандартам»).