


Министерство образования и науки Алтайского края

КГБОУ КШИ «Алтайский кадетский корпус»

имени Героя России Каркавина И.В.

Согласовано
Зам. директора по ВР
КГБОУ «КШИ
«Алтайский кадетский корпус»
имени Героя России Каркавина И.В.

 Л.Л. Аширова
«30» августа 2024 г.

Утверждено
решение педсовета протокол
№ 1 от «31» августа 2024 г
Председатель педсовета
 С. Байраковский
Приказ от «30» августа 2024 № 340



**Дополнительная общеразвивающая
программа «Футбол» на 2024 – 2025 учебный год
(физкультурно-спортивной направленности, базовый уровень,
возраст 14 – 18 лет, количество часов 136ч)**

Составил:
Учитель физической культуры:
Гуров К.А.

ЗАО Сибирский, 2024

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 приёмами 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	8	8	-	Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь,
3	Техника и тактика игры	128	-	128	

					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	4	Спортзал	Подведение итогов по технической и общефизической подготовке
2	Основные правила игры в футбол	беседа	4	Спортзал	
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.	практика	4	Спортзал	
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	

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 футбола (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: 34

Количество учебных дней: 68

Продолжительность каникул: осенние каникулы с 27.10.24г по 04.11.24г

Зимние каникулы с 29.12.24г по 08.01.25 г

Весенние каникулы с 22.03.25г по 30.03.25г

Дата начала и окончания периода: 02.09.2024 -25.05.2024

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

№	Тема занятия	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.	вторник, среда	беседа	4	Спортзал	Подведение итогов по технической и общефизической подготовке
2	Основные правила игры в футбол	вторник, среда	беседа	4	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 уходом	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК
30	Финт ударом	вторник, среда	практика	4	Спортзал	ТК

31	Финт остановкой	вторник, среда	практика	4	Спортзал	Подведение итогов по технической и общефизической подготовке соревнований
32	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите	вторник, среда	практика	4	Спортзал	
33	Тактические действия в нападении	вторник, среда	практика	4	Спортзал	
34	Двухсторонняя игра (Соревнование)	вторник, среда	практика	4	Спортзал	

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»).