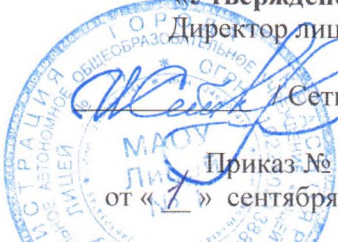


Муниципальное автономное образовательное учреждение  
«Лицей № 1»

<p>«Согласовано» Педагогическим советом МАОУ Лицей №1</p> <p>Протокол № 1 от «<u>30</u>» августа 2021 г.</p>	<p>«Утверждено» Директор лицея Сеткова И.Н./</p> <p>Приказ № 80/36 от «<u>7</u>» сентября 2021 г.</p> 
--	--

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивная  
«Футбол»

Возраст: 10-16 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор составитель программы:  
Андреев Александр Иванович  
Педагог дополнительного образования

Красноярск, 2021

## РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

### Пояснительная записка

Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения, и имеет физкультурно-оздоровительную направленность. Программа разработана с помощью комплексной программы физического воспитания учащихся 5–11 классов образовательных учреждений В.И. Ляха и предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы. Программа рассчитана на 105 часов в год (3 часа в неделю) и реализуется в течение 34 учебных недель. Возраст обучающихся: 11 – 17 лет.

Рабочая программа составлена в соответствии:

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 апреля 2015 г. № 729-р;
3. Приказ от 9 ноября 2018 года N 196 Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (с изменениями на 30 сентября 2020 года)
4. Требованиями к дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам Министерства образования РФ;
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации Пот 30 июня 2020 года N 16 Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"(с изменениями на 24 марта 2021 года)
6. Образовательной программой дополнительного образования детей МАОУ Лицей №1;
7. Учебным планом МАОУ «Лицей №1» на 2021-2022 учебный год.

Футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Выбор спортивной игры – футбол – определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать

устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В этом и состоит актуальность программы, так как в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

**Цель** данной образовательной программы: оздоровление, физическое и психическое развитие занимающихся на основе их творческой активности; формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные**

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (футбол);
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике футбола.

##### **Оздоровительные**

- обеспечить возможность обучающимся вести здоровый и безопасный образ жизни средствами футбола;
- развить основные физические качества;
- сформировать жизненно важные двигательные умения и навыки.

##### **Воспитательные**

- способствовать развитию социальной активности обучающихся; воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни.

#### **Формы занятий:**

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

**Форма организации деятельности:** групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная, фронтальная. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки: репродуктивный, поточный, игровой и соревновательный.

#### **Ожидаемые результаты:**

- овладение учащимися тактикой и техникой спортивной игры «футбол»;

- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- повышение адаптивных возможностей организма: противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

**Формы подведения итогов:**

Основной показатель работы секции по футболу – выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно–качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям, результаты участия в которых также станут показателем работы секции.

**Содержание программы  
Учебно-тематический план**

№ п/п	Название тем	Количество часов (занятий)		
		теория	практика	всего
1	Теоретические сведения	5	-	5
2	Общefизическая подготовка	-	25	25
3	Специальная подготовка	2	8	10
4	Техническая подготовка		15	15
5	Тактика игры	5	10	15
6	Учебные игры	6	24	30
7	Организация и проведение спортивных мероприятий		5	5
	Всего	18	87	105

**Содержание программы**

№	Раздел	Содержание
1	<b>История футбола</b>	Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.
2	<b>Передвижения и остановки</b>	Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)

3	<b>Удары по мячу</b>	<p>Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.</p> <p>Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема.</p> <p>Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема.</p> <p>Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.</p> <p>Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Удары по летящему мячу серединой подъема.</p> <p>Удары по летящему мячу серединой лба.</p> <p>Удары по летящему мячу боковой частью лба.</p> <p>Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель.</p> <p>Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.</p>
4	<b>Остановка мяча</b>	<p>Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.</p> <p>Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы.</p> <p>Остановка мяча грудью.</p> <p>Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.</p>
5	<b>Ведение мяча и обводка</b>	<p>Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника).</p> <p>Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Ведение мяча с активным сопротивлением защитника.</p> <p>Обводка с помощью обманных движений (финтов).</p>
6	<b>Отбор мяча</b>	<p>Выбивание мяча ударом ногой.</p>
7	<b>Вбрасывание мяча</b>	<p>Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.</p>

8	<b>Игра вратаря</b>	<p>Ловля катящегося мяча.  Ловля мяча, летящего навстречу.  Ловля мяча сверху в прыжке.  Отбивание мяча кулаком в прыжке.  Ловля мяча в падении (без фазы полёта).</p>
9	<b>Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом</b>	<p>Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.</p>
10	<b>Тактика игры</b>	<p>Тактика свободного нападения.  Позиционные нападения без изменения позиций.  Позиционные нападения с изменением позиций.  Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.  Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.  Двусторонняя учебная игра.</p>
11	<b>Подвижные игры и эстафеты</b>	<p>Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.  Игры, развивающие физические способности.</p>
12	<b>Физическая подготовка</b>	<p>Развитие скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.</p>

## РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Календарный учебный график

Начало занятий - 1.09.201г. Окончание занятий - 31.05.2020г.

Всего учебных недель - 35. Объём учебных часов - 105.

Режим работы - 3 раза в неделю, по 1 часу.

Время проведения занятий - согласно расписанию.

Каникулярное время: 1.01-10.01

### Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Тема занятия	Кол- во часов	Номера занятий	Дата 1 группа	Дата 2группа	Дата 3 группа	Формы внеурочной деятельности
1	Инструктаж по Т.Б.. История и развитие футбола	1	1	01.09	02.09	01.09	Лекция. Беседа.
	<b>Передвижения и остановки</b>						
2	Передвижения боком, спиной вперёд, показ и отработка	1	2	04.09	04.09	03.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
3	Ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.		3	06.09	06.09	04.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
4	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1	4	08.09	09.09	08.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
	<b>Удары по мячу</b>						



5	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы	1	5	11.09	11.09	10.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
6	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Учебная игра	1	6	13.09	13.09	11.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
7	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Отбирание	1	7	15.09	16.09	15.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
8	Удары средней частью подъема. Учебная игра	1	8	18.09	18.09	17.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий
9	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема . Обработка техники	1	9	20.09	20.09	18.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
10	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Показ отдельных упражнений. Отработка	1	10	22.09	23.09	22.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.

11	Удары по катящемуся мячу внешнейстороной стопы . Технические приемы	1	11	25.09	25.09	24.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
12	Удары по катящемуся мячу . Отработка технических приемов. Учебная игра.	1	12	27.09	27.09	25.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
13	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы .Показ и отработка	1	13	29.09	30.09	29.09	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
14	Удары, отработка, прием мяча, технические действия. Учебная игра.	1	14	02.10	02.10	01.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
15	Удары по летящему мячу серединой подъема . Отработка	1	15	04.10	04.10	02.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
16	Удары, технические приемы и тактические действия. Учебная игра	1	16	06.10	07.10	06.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра

17	Удары по летящему мячу серединой лба . Показ отдельных упражнений	1	17	09.10	09.10	08.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
18	Удары по летящему мячу боковой частью лба . Учебная игра	1	18	11.10	11.10	09.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
19	Удары по воротам различными способами. Отработка техники действий.	1	19	13.10	14.10	13.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
20	Удары на точность попадания мячом в цель. Учебная игра	1	20	16.10	16.10	15.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
21	Угловой удар. Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов.	1	21	18.10	18.10	16.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
22	Угловой удар .Подача мяча в штрафную площадь. Учебная игра	1	22	20.10	21.10	20.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра

	<b>Остановка мяча</b>						
23	Остановка мяча внутренней стороной стопы . Технические приемы. Отработка	1	23	23.10	23.10	22.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
24	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой . Игра	1	24	25.10	25.10	23.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
25	Остановка мяча катящегося внешней стороной стопы. Технические упражнения	1	25	28.10	28.10	27.10	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
26	Остановка мяча катящегося стопой. Технические приемы. Отработка. Тактические приемы.	1	26	08.11	08.11	29.11	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
27	Остановка мяча грудью. Отработка приемов. Учебная игра	1	27	11.11	11.11	10.11	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
28	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы . Технические приемы.	1	28	13.11	13.11	12.11	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра

29	Остановка мяча стопой. Технические приемы. Тактические действия. Игра	1	29	15.11	15.11	13.11	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
	<b>Ведение мяча и обводка</b>						
30	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы . Разучить упражнения в целом.	1	30	18.11	18.11	17.11	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
31	Ведения мяча с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	1	31	20.11	20.11	19.11	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
32	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника . Отработка технических действий.	1	32	22.11	22.11	20.11	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
33	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Разучивание. Игра	1	33	25.11	25.11	24.11	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

34	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Отработка технических действий.	1	34	27.11	27.11	26.11	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
35	Ведение мяча с активным защитника. Разучивание упражнений. Отработка технических действий	1	35	29.11	29.11	27.11	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
36	Обводка с помощью обманных движений . Отработка. Технические действия.	1	36	02.12	02.12	01.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
37	Обводка, финты, показ технических действий. Тактика. Игра	1	37	04.12	04.12	03.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
	<b>Отбор мяча</b>						
38	Выбивание мяча ногой. Технические действия. Разучивание	1	38	06.12	06.12	04.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

39	Отбор мяча. Тактические действия. Учебная игра.	1	39	09.12	09.12	08.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
40	Отбор мяча с перехватом,технические приемы и тактические действия	4	40	11.12	11.12	10.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
41	Отбор, отработка.Тактические действия. Учебная игра.		41	13.12	13.12	11.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
42	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Разучивание.	1	42	16.12	16.12	15.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
43	Отбор. Игра в корпус. Технические действия. Игра	1	43	18.12	18.12	17.12	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
44	Отбор мяча в подкате. Показ, отработка упражнений.	1	44	20.12	20.12	18.12	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра

45	Отбор мяча в подкате. Отработка технических действий и тактика. Игра	1	45	22.12	23.12	22.12	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
	<b>Вбрасывание мяча</b>						
46	Вбрасывание мяча. Отработка. Показ отдельных упражнений. Технические приемы.	1	46	25.12	25.12	24.12	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
47	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Игра	1	47	27.12	27.12	25.12	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
	<b>Игра вратаря</b>						
48	Ловля мяча, летящего навстречу. Показ отдельных упражнений	1	48	29.12	30.12	29.12	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
49	Ловля мяча сверху в прыжке. Показ отдельных упражнений.	1	49	10.01	10.01	12.01	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра



50	Отбивание мяча кулаком в прыжке. Отработка. Игра	1	50	12.01	13.01	14.01	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
51	Ловля мяча в падении (без фазы полёта) Учебная игра	1	51	15.01	15.01	15.01	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
	<b>Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом</b>						
52	Ведение мяча, удар. Разучивание упражнений. Отработка технических действий.	1	52	13.01	17.01	19.01	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
53	Ведение мяча, перемещение мяча, остановка, удар по воротам. Игра	1	53	15.01	20.01	21.01	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
	<b>Тактика игры</b>						
54	Тактика свободного нападения . Разучивание игры	1	54	17.01	22.01	22.01	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

55	Нападения. Тактические действия.. Показ, отработка действий	1	55	19.01	24.01	26.01	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
56	Позиционные нападения без изменения позиций .Разучивание	1	56	22.01	27.01	28.01	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
57	Позиционные нападения. Отработка технических действий. Игра	1	57	24.01	29.01	29.01	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
58	Позиционные нападения с изменением позиций. Игра	1	58	26.01	31.01	02.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
59	Позиционные нападения. Технические действия, тактика. Учебная игра	1	59	29.01	03.02	04.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
60	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	1	60	31.01	05.02	05.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

61	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия Учебная игра	1	61	02.02	07.02	09.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
62	Двусторонняя учебная игра	1	62	05.02	10.02	11.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
63	Двусторонняя учебная игра	1	63	07.02	12.02	12.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
	<b>Подвижные игры и эстафеты</b>						
64	Игры и эстафеты. Игра в футбол	1	64	09.02	14.02	16.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
65	Игры и эстафеты и закрепление технических действий	1	65	12.02	17.02	18.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

66	Двусторонняя учебная игра	1	66	14.02	19.02	19.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
67	Индивидуальные и групповые командные действия	1	67	16.02	21.02	25.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
68	Нападения и защита. Учебная игра	1	68	19.02	24.02	26.02	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
69	Двусторонняя учебная игра	1	69	21.02	26.02	02.03	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
70	Позиционное нападения	1	70	26.02	28.02	04.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
71	Тактика свободного нападения	1	71	28.02	03.03	05.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

72	Позиционные нападения с изменениям позиций	1	72	02.03	05.03	09.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
73	Ведения мяча, удары по воротам	1	73	05.03	10.03	11.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
74	Игры, развивающие физические способности	1	74	09.03	12.03	12.03	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
75	Развитие скорости	1	75	12.03	14.03	18.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
76	Двусторонняя учебная игра	1	76	14.03	17.03	16.03	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
77	Подвижные игры. Эстафеты	1	77	19.03	19.03	18.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра

78	Отбор мяча в подкате	1	78	21.03	21.03	19.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
79	Двусторонняя учебная игра	1	79	23.03	24.03	23.03	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
80	Ведение мяча, удары	1	80	26.03	26.03	25.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
81	Двусторонняя учебная игра	1	81	28.03	28.03	26.03	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
82	Тактика свободного нападения		82	30.03	31.03	30.03	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
83	Тактика свободного нападения		83	02.04	02.04	01.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

84	Позиционные нападения без изменения позиций		84	04.04	04.04	02.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
85	Позиционные нападения без изменения позиций		85	06.04	07.04	06.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
86	Позиционные нападения с изменением позиций		86	09.04	09.04	08.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
87	Позиционные нападения с изменением позиций		87	11.04	11.04	09.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
88	Позиционные нападения без изменения и с изменением позиций		88	13.04	14.04	13.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
89	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот		89	16.04	16.04	15.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

90	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот		90	18.04	18.04	16.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
91	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот		91	20.04	21.04	20.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
92	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите		92	23.04	23.04	22.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
93	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите		93	25.04	25.04	23.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
94	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите		94	27.04	28.04	27.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
95	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите		95	30.04	30.04	29.04	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.



96	Двусторонняя учебная игра		96	04.05	05.05	30.04	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
97	Двусторонняя учебная игра		97	07.05	07.05	04.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
98	Двусторонняя учебная игра		98	11.05	12.05	06.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
99	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий		99	14.05	14.05	07.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
100	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий		100	16.05	16.05	11.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
101	Игры, развивающие физические способности		101	18.05	19.05	13.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
102	Игры, развивающие физические способности		102	21.05	21.05	14.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

103	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости		103	23.05	23.05	18.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
104	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости		104	25.05	26.05	20.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.
105	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	1	105	28.05	28.05	21.05	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое и информационное обеспечение:**

- наличие футбольного поля и спортивного зала, размеры.
- стойки для обводки мячей - 10 штук
- стойки для подвески мячей- 2 штуки
- переносные ворота
- маты гимнастические
- скакалки-15 штук
- мячи набивные
- форма спортивная (майки, трусы, гетры и обувь)

#### **Информационное обеспечение программы:**

Презентации, видеоуроки, методические и дидактические пособия для проведения занятий, проверки и закрепления знаний по программе.

#### **Кадровое обеспечение программы:**

Программа «Школа социального проектирования» реализуется на базе МАОУ Лицей №1 педагогом дополнительного образования.

Продолжительность одного занятия – 60 минут. Одна группа обучающихся занимается 3 раза в неделю. Занятия могут быть спаренными, по 2 часа в день, с обязательными переменами между занятиями – 15 минут. Программа «Футбол» рассчитана на 1 год (105 ч.).

Возраст обучающихся 10-18 лет. Количество детей в группе 15-20 человек. Для лучшего усваивания материала занятия носят как индивидуальный, так и групповой характер.

Состав группы может изменяться по следующим причинам: смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях.

В течение учебного года обучающиеся могут быть зачислены в группу по результатам собеседования.

#### **Формы занятий:**

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

**Форма организации деятельности:** групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная, фронтальная. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое. Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки: репродуктивный, поточный, игровой и соревновательный.

#### **Ожидаемые результаты:**

- овладение учащимися тактикой и техникой спортивной игры «футбол»;
- укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- обогащение двигательного опыта;
- расширение кругозора учащихся;
- повышение адаптивных возможностей организма: противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

#### **Формы подведения итогов:**

Основной показатель работы секции по футболу – выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно–качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям, результаты участия в которых также станут показателем работы секции.

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. М.: Просвещение, 1986.
2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых. Перевод с итальянского М. Терра: Спорт, Олимпия пресс, 2004.
3. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М., 2011.
4. Футбол. Учебная программа для спортивных школ. Программа подготовлена Управлением футбола Спорткомитета СССР под общей редакцией Выжгина В.А., М.: Типография В\о «Союзспортобеспечение», 1981.
5. Лапшин О.Б. – Теория и методика подготовки юных футболистов. М., 2010.
6. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол». М.: Просвещение, 2011 г.