

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета
Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения средней
общеобразовательной школы № 641
с углублённым изучением английского языка
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 1 от 28.08.2020 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 641
с углубленным изучением английского языка
Невского района Санкт-Петербурга
Приказ № 98/1 от 31.08.2020 г.
Директор _____ М.А. Чупраков



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Футболист»

Возраст учащихся: 7-11 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик: Савченко Николай Павлович
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футболист» относится к *физкультурно-спортивной* направленности.

Уровень освоения программы – *общекультурный*.

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования и разработана в соответствии с нормативными документами в сфере образования:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей // Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций дополнительного образования детей» // Постановление Главного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41;
- Санитарно-эпидемиологические правила 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 (COVID19);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 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)»
- Постановление правительства Санкт-Петербурга от 13 марта 2020 года N 121 «О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19) (с изменениями на 21 августа 2020 года) (редакция, действующая с 31 августа 2020 года);
- Приказ Министерства Просвещения России от 09.11.2018 N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" // Минюст России 29.11.2018 N 52831);
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 № 617-р. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»

Актуальность

Способствовать потребностям современных детей и их родителей — это решение проблемы занятости в свободное и каникулярное время, и эффективное решение актуальных проблем для укрепления здоровья и повышения работоспособности организма в соответствии социальному заказу общества. Совершенствование умений и навыков.

Популяризация спортивной игры, для привлечения учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Отличительные особенности

Программа может реализовываться с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Данная программа имеет межпредметные связи с предметом «физическая культура».

Современному школьнику, проводящему основную часть дня на уроках в школе и за выполнением домашних заданий, приходится выдерживать большие умственные и

физические нагрузки. Данная ситуация ведет к дефициту двигательной активности детей, которая с поступлением их в школу снижается наполовину. Вследствие острого дефицита физической активности, у большинства школьников наблюдаются ухудшение деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, зрения, нарушение обмена веществ, снижение сопротивляемости к различным заболеваниям. В условиях недостатка двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация дополнительной физкультурно-оздоровительной работы в школе. Ведь именно систематические занятия физическими упражнениями способствуют физическому и физиологическому развитию растущего организма школьников, формируют у них разнообразные двигательные умения и навыки. В ряду наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками футбол занимает одно из ведущих мест, что обусловлено: во-первых – её неприхотливостью (играть можно на любой более-менее ровной площадке), во-вторых экономичностью и доступностью (не требуется дорогостоящий инвентарь, достаточно мяча и простой спортивной формы). Также футбол обладает рядом интереснейших особенностей: высокая эмоциональность, постоянная динамика изменения игровой ситуации.

Футболом может заниматься любой ребенок, если нет нарушений опорно-двигательного аппарата. Учащиеся с ОВЗ могут наравне с другими воспитанниками постигать азы футбольного мастерства. Футбол, являясь одной из старейших и самых популярных спортивных игр в мире, как раз и является наиболее комплексным и универсальным средством всестороннего развития и воспитания личности ребенка. Развитие двигательных качеств на всех этапах подготовки проходит в соответствии с психофизиологическими особенностями каждого ребенка.

Адресат программы

Программа «Футболист» направлена на обучение детей в возрасте 7-11 лет, проявляющих интерес к игре в футбол.

Цель программы: способствовать всестороннему развитию личности ребенка посредством формирования физической культуры личности и освоения основ спортивной деятельности через игру в футбол.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение двигательным навыкам и умениям;
- Сформированность необходимых теоретических знаний в области спорта;
- Обучение основным приемам техники и тактики игры в мини-футбол.

Развивающие.

- Развитие координации, гибкости, быстроты реакции, ловкости, общей физической выносливости;
- Развитие навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов;
- Развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей ребенка;

Воспитательные.

- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься данным видом, сознательно применяя его в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
- Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, умения взаимодействовать с другими.

Программа обучения игре в мини-футбол гармонично входит в общую систему физического воспитания как форма занятий во внеурочное время и создает максимально благоприятные условия для самоопределения ребенка, для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей. Каждый ребенок, заинтересовавшийся данной

игрой в процессе занятий на обычных уроках физической культуры или получивший определенную информацию об игре и достижениях в развитии этого вида спорта, может овладеть всеми основными приемами и получить определенные знания в данном виде спортивной деятельности, несмотря на свои собственные исходные физические данные. Когда рядом оказываются люди, осознанно принявшие решение реализовать свою потребность в овладении чем-то новым (в нашем случае – научиться играть именно в эту игру), то и сам процесс обучения будет проходить продуктивно и на достаточно высоком уровне.

Условия реализации программы

Условия набора и формирования групп

В объединение принимаются все желающие в возрасте 7-11 лет. Занятия проводятся с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей. К занятиям допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний и имеющие медицинский допуск врача.

Необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение программы

Кадровое обеспечение: педагог с соответствующим профилю объединения образованием и опытом работы.

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы необходимы;

- Спортивный зал площадью 288 м²
- Футбольное поле с искусственным покрытием.
- Переносные ворота стандартного размера, а также уменьшенных размеров;
- Футбольные мячи.
- Стойки для обводки.
- Набивные мячи 30 штук.
- Сетка для переноса мячей 2 штуки.
- Волейбольные мячи, шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
- Игровая форма – в соответствии с утвержденными нормами.
- Тренажерный зал.
- Компьютер с выходом в Интернет, аудио и видеовоспроизводящая аппаратура (проектор), компакт-диски с учебными материалами.
- Секундомеры, свистки.

Особенности организации образовательного процесса:

Сроки реализации программы: 2 года обучения:

1 год обучения - 144 часа. Занятия группы проводятся 2 раз в неделю по 2 академических часа.

2 год обучения - 144 часа. Занятия группы проводятся 2 раз в неделю по 2 академических часа.

Наполняемость групп:

1 год обучения - 15 человек.

2 год обучения – 12 человек.

Для реализации программы используются несколько **форм занятий:**

- групповые, по подгруппам (4-8 человек), индивидуальные, работа в паре, в тройке.

Деятельность учащихся может быть организована с использованием дистанционных образовательных технологий (приложение):

- очные занятия, проводимые в режиме реального времени (WhatsApp, Zoom, Skype и др.);
- дистанционная передача видеозаписи заданий и занятий, подборок образовательных, просветительских и развивающих материалов, онлайн-тренажеры;
- Google и Яндекс формы;
- рекомендованных образовательных платформ.

Занятия по данной программе предусматривают выездные мероприятия. Недостающие навыки и умения восполняются на занятиях в индивидуальной форме. Занятия в

индивидуальной форме также служат для подготовки ребенка к участию в турнирах. Занятия по данной программе предусматривают посещение различных спортивных мероприятий.

Основные формы и средства обучения:

1. Практическая игра.
2. Решение поставленных задач, комбинаций.
3. Игровые упражнения;
4. Теоретические занятия,
5. Участие в турнирах и соревнованиях.

Виды занятий: тренировки, соревнования, беседы.

Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля:

- ✓ **вводный**, (проводится перед началом занятий и предназначен для закрепления знаний, умений и навыков по пройденным темам);
- ✓ **текущий**, (проводимый в ходе учебного занятия и закрепляющий знания по данной теме) и позволяет учащимся усвоить последовательность технических действий;
- ✓ **итоговый** (по завершению первого и второго года обучения учебной программы) для получения полной картины о полученных знаниях, умениях и навыках необходимо участвовать в соревнованиях различного уровня: товарищеских, районных, городских.

Планируемые результаты:

Личностные:

- смогут самостоятельно заниматься данным видом спорта, сознательно применяя его в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- смогут умело взаимодействовать с другими членами коллектива и команды;
- смогут высказывать и отстаивать своё мнение и вести конструктивный диалог;
- научатся анализировать свои ошибки и с помощью педагога найти наиболее правильное и рациональное применение своих возможностей для быстрого спортивного роста;
- смогут эффективно выполнять задания индивидуально, в группе, в паре с партнером.

Метапредметные:

- смогут определять с помощью педагога цели деятельности на занятии;
- смогут выявить и сформулировать учебную проблему совместно с педагогом;
- смогут предлагать приемы и способы разрешения различных ситуаций;

Предметные

будут знать

- историческое развитие физической культуры в России, особенности развития избранного вида спорта (мини-футбол);
- физиологические основы деятельности системы дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

будут уметь

- организовывать и быть активным участником тренировочного процесса;
- владеть навыками работы с мячом, техники и тактики игры в футбол;
- разрабатывать тактические построения игры, владеть навыками игры в защите и обороне

- использовать свой двигательный и технический арсенал для успешного выполнения поставленной задачи с целью победить команду соперника.

Формы подведения итогов реализации программы

Основной показатель работы секции «мини-футбол» - выполнение в конце каждого 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 тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2–3 раза в год.

В конце учебного года (в мае (или июне) месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки. По итогам этих испытаний обучающиеся, выполнившие нормативные требования, переводятся в группы следующего года обучения. Не выполнившие норматив остаются в группе на повторный курс обучения.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов после обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-го года обучения

№ п/п	Наименование раздела, тем	Всего часов	В том числе	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	6	5	1
2.	Правила игры в футбол	2	1	1
3.	Общая и специальная физическая подготовка	56	6	50
4.	Техника игры в футбол	38	3	35
5.	Тактика игры в футбол	26	4	22
6.	Участие в соревнованиях	14	0	14
7.	Итоговое занятие	2	0	2
ИТОГО:		144	19	125

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-го года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			теория	практика
1.	Вводное занятие	4	2	2
2.	Общефизическая подготовка	24	5	19
3.	Специальная физическая подготовка	26	7	19
4.	Техническая подготовка	44	7	37
5.	Тактическая подготовка	24	6	18
6.	Правила игры	6	3	3
7.	Психологическая подготовка	6	3	3
8.	Соревнования	8		8

9.	Итоговое занятие	2	1	1
Итого:		144	34	110

Календарный учебный график

Год обучения	начало обучения	окончание обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	14.09.2020	31.05.2021	36	144	2 раза неделю по 2 академических часа
2 год	-	-		144	2 раза неделю по 2 академических часа или 1 раз неделю по 4 академических часа

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Перечень педагогических методик и технологий, используемых в процессе обучения

Фронтальный, индивидуально- фронтальный, групповой.

- словесный (беседа),
- наглядный (исполнение педагогом),
- практический (упражнения),
- репродуктивный.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятий)	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение занятий
1.	Введение Вводное занятие	Беседа, лекция	Рассказ, просмотр видео материала.	Компьютерная презентация, инструкции по технике безопасности.	Опрос учащихся.	Компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор.
2.	Общефизическая подготовка	Объяснение, лекция, практическое занятие. Тренировка.	Словесный метод, метод показа, групповой, поточный, переменный, игровой, индивидуальный, игровой.	Правила спортивных игр, методически разработки Андреев С.Н., акробатические упражнения в тренировках юных футболистов. Теория и методика футбола.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг.	Набивные мячи, футбольные мячи, тренажёры, гимнастические стенки, скамейки, компьютер с выходов в Интернет, экран, проектор.
3.	Специальная Физическая Подготовка	Объяснение, практическое занятие.	Словесный метод, метод показа, игровой, попеременный.	Методические разработки упражнений на развитие скоростно – силовых качеств, гибкости, программа физического воспитания В.И. Лях, А.А. Зданевич. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов.	Сдача контрольных нормативов, мониторинг. Контрольные тесты и упражнения.	Набивные мячи, футбольные мячи, тренажёры, гимнастические стенки, скамейки, компьютер с выходов в Интернет, экран, проектор.
4.	Техническая подготовка	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материала соревнований.	Метод подводных упражнений, словесный, наглядный, практический, и иллюстративно-демонстративный	Методические разработки Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, В.М. Качашкин физическое воспитание в начальной школе.	Упражнения, контрольные тесты, товарищеские встречи, соревнования.	Футбольные мячи. Стойки для обводки,
5.	Тактическая подготовка	Лекция, беседа, тренировка.	Групповой, повторный, игровой, соревновательный.	Методическая литература В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев Мини – футбол игра для всех.	Контрольные тесты, игры с заданием, товарищеские встречи	Футбольные мячи.

6.	Правила игры	Лекция, беседа, тренировка, показ видео материала соревнований.	Метод словесный, метод показа, метод опроса. Посещение и последующее обсуждение соревнований.	Инструкции по ТБ (технике безопасности), учебные карточки с заданиями, правила соревнований и игры. Методические Разработки М.А. Годик, А.П. Скородумова Комплексный контроль в спортивных играх.	Контрольные тесты, игры с заданиями, товарищеские встречи.	Футбольные мячи. Свистки, секундомеры.
7.	Психологическая подготовка	Объяснение, практическое занятие	Метод психорегуляции, аутогенная тренировка, словесный.	С.Н. Андреев Футбол в школе, психологическая подготовка юных футболистов, психология вратаря Тунис Марк.	Наблюдение за учащимися, выполнение специальных заданий, наблюдение за поведением на соревнованиях.	Секундомер, гимнастические маты, спортивные коврики.
8.	Соревнования	Соревнования разного уровня, товарищеские встречи	Практический. Словесный, частично – поисковый.	Инструкции по технике безопасности, правила соревнований.	Участие в соревнованиях, турнирах, товарищеских встречах, организация соревнований и судейство.	Футбольные мячи, свисток, секундомер, футбольная форма.
9.	Итоговое занятие	Мероприятие	Мероприятие с награждением активны и лучших игроков. Подведение итогов	Фотографии, видео, компьютерная презентация воспитанников секции.	Результаты матчей, турниров, товарищеских встреч и соревнований разного уровня.	Компьютер с выходом в Интернет. Экран, проектор.

Виды и периодичность контроля результативности обучения

Вид контроля	Формы/способы контроля	Срок контроля
Текущий	Индивидуальный Беседа, анкетирование, обсуждение, наблюдение	по ходу обучения
Промежуточный	Индивидуальный. Выполнение задания Турнир, опрос	декабрь
Итоговый: Подведение итогов реализации программы	Индивидуальный, фронтальный Турнир	апрель-май

Система контроля результативности обучения

Формы и средства выявления, фиксации и предъявления результатов обучения:

- Педагогическое наблюдение
- Карта педагогического мониторинга. «Методика определения результатов образовательной деятельности детей» Кленова Н.И., Буйлова Л.М. (Приложение № 1)
- Турниры

Виды занятий: тренировки, соревнования, беседы.

Формы подведения итогов реализации программы

Основной показатель работы объединения «Футболист» - выполнение в конце обучения 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 тесты и упражнения проводятся в течение всего учебного года, 2–3 раза в год.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов после обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986. – 222 с.
2. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.
3. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
4. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2008. – 272 с.
5. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: советский спорт, 2010.-336 с.
6. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., Кулин Н.А., Российский С.А. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011. – 160 с.: ил.
7. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.-М.: Олимпия,2007.- С.10-12.
8. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. (1 этап 8-10) – 111 с., (2 этап 11-12 лет) – 204 с.
9. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с.
10. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. – М.: ООО «издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000. – 160 с.: ил. – (для мальчиков).
11. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советскийспорт, 2008.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010. – 128 с.

Для детей:

1. Футбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
2. Клещёв Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный футболист. Москва. «Физкультура и спорт» 1989.
3. Литвинов, Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. – М.: 1999.
4. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е.
5. Любимирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. – М.: Просвещение.

