

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 98  
с углубленным изучением английского языка  
Калининского района Санкт-Петербурга**

**Рассмотрено**

на заседании отделения  
педагогов дополнительного  
образования.

Протокол № 1  
от «30» 08 2023 года  
Руководитель отделения:  
А.С. Тетенина А.С.

**Рекомендовано к  
использованию**

Педагогическим советом  
школы

Протокол № 1  
от «30» 08 2023 года

**Утверждаю**

Директор  
ГБОУ школы №98  
И.В. Фетисова

Приказ № 39  
от «30» 08 2023 года



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Юный футболист»**

Срок реализации программы: 2 года

Возраст обучающихся: 7-18 лет.

Разработчик

Безбородов Андрей Николаевич

педагог дополнительного образования

2023/2024 учебный год

Санкт-Петербург

## Пояснительная записка

Программа «Юный футболист» относится к **физкультурно-спортивной направленности. По уровню освоения** программа является **общекультурной**.

**Актуальность** программы состоит в том, что в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация спортивно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему среди наиболее эффективных средств спортивно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время футбол занимает видное место. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма (соответствие государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирование на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей).

### Отличительные особенности

Федеральный государственный образовательный стандарт требует развитие не только предметных результатов, но и метапредметных, и личностных результатов. В данной программе представлен авторский вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования ФГОС во внеурочной деятельности.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в футбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в футбол таят в себе большие возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

### Цели и задачи

Обучения игре в футбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Основной **целью** программы является – углубленное изучение спортивной игры футбол, а также содействие возможности в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программный материал объединен в целостную систему двухлетней оздоровительно-спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач**:

#### **Образовательные:**

- ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомление с историей развития футбола;
- освоение технических приемов и элементов футбола: различные виды передвижения по площадке, разнообразные удары по воротам, различные виды передач, а также ведение и остановки мяча;
- освоение тактических взаимодействий игроков как в защите, так и в нападении.

#### **Развивающие:**

- обеспечение всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости;

- развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях;
- развитие мышления.

**Воспитательные:**

- воспитать психологическую устойчивость;
- воспитать целеустремленность и ответственность за свои действия;
- воспитать силу воли, стремление к победе.

**Условия реализации программы**

Данная программа рассчитана на учащихся 7 - 18 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной и подготовительной группе здоровья. Занятия дополнительного образования проводятся в форме урока во второй половине дня.

*Занятия могут проводиться в очной и заочной формах. При заочной форме обучения акцент делается на теоретическую и тактическую подготовку.*

*При введении определенных эпидемиологических требований группа может быть разделена на несколько подгрупп.*

**Режим занятий** – 2 раза в неделю, с продолжительностью занятия 1 час 30 минут.

**Наполняемость группы** – 12 - 20 человек.

**Методы обучения** – игровой, соревновательный, наглядный.

**Форма контроля** – тестирование, контрольные испытания.

**Формы подведения итогов** реализации программы дополнительного образования:

- школьные соревнования среди параллелей своих классов;
- участие в муниципальных соревнованиях;
- участие в окружных и городских соревнованиях.

**Планируемые результаты**

освоения учащимися программы дополнительного образования оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами:

**Личностные результаты:**

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

**Метапредметные результаты:**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

**Предметные результаты:**

- знать об особенностях зарождения, истории футбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами футбола;

- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в футбол.

### Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	6	6	0	Устный опрос
2.	Общая физическая подготовка	60	10	50	Сдача нормативов
3.	Техническая подготовка	56	16	40	Сдача нормативов
4.	Тактическая подготовка	15	10	5	Сдача нормативов
5.	Контрольные и итоговые занятия	4	2	2	Сдача нормативов
6.	Занятия по флорболу	6	1	5	
7.	Участие в соревнованиях	3	0	3	Полученный результат

### Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	4	4	0	Устный опрос
2.	Общая физическая подготовка	40	8	32	Сдача нормативов
3.	Специальная физическая подготовка	34	8	24	Сдача нормативов
4.	Техническая подготовка	40	10	30	Сдача нормативов
5.	Тактическая подготовка	20	10	10	Сдача нормативов
6.	Занятия по флорболу	6	1	5	
7.	Контрольные и итоговые занятия	4	2	2	Сдача нормативов
8.	Участие в соревнованиях	2	0	2	Полученный результат

### Сводный учебный план комплексной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

№ п/п	Название программы	Год обучения / количество часов		Всего часов
		1 год	2 год	
1	Юный футболист	144	144	288
	Итого	144	144	288