Министерство образования Оренбургской области
Управление образования администрации г. Оренбурга
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» г. Оренбурга

Согласовано
НМС ЦДТ
г. Оренбурга
протокол № 95
от 14.04. 2016 г.

Утверждаю
Директор ЦДТ г. Оренбурга
_____ В.Н.Каратаева
«15» 04 2016 г

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности

«Футбол»

Возраст детей: 7-17лет
Срок реализации: 3 года

Автор-составитель:
Бахитжанов С. А., педагог
дополнительного образования
МБУДО ЦДТ г. Оренбурга

Оренбург

2016

Содержание

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
1.1 Пояснительная записка
-направленность программы
-актуальность программы
-отличительные особенности программы
-адресат программы
-объем и срок освоения программы
-формы обучения и виды занятий по программе
-режим занятий
1.2 Цель и задачи программы
-цель
-задачи
1.3 Содержание программы
1.3.1 Учебно-тематические планы
1.3.2 Содержание учебно-тематических планов
1.4 Планируемые результаты
2. Комплекс организационно-педагогических условий
2.1 Календарный учебный график
2.2 Условия реализации программы
2.3 Формы аттестации и контроля
2.4 Оценочные материалы
2.5 Методические материалы
Список литературы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» разработана в соответствии с требованиями к организации и порядку реализации дополнительных общеобразовательных программ, методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет ***физкультурно-спортивную направленность***, по типу программа является ***модифицированной***, по цели обучения – ***спортивно-оздоровительной,*** по сроку реализации ***рассчитана на 3 года обучения***.

Творческое объединение «Футбол» организовано в МБУДО «Центр детского творчества» г. Оренбурга, учебной базой в рамках сетевого договора является МОАУ «СОШ № 71».

Актуальность программы определяется ее направленностью на приобщение учащихся к массовому спорту. Программа модернизации образования ставит важную задачу по сохранению и укреплению здоровья учащихся, мотивированию обучающихся к здоровому образу жизни.

В государственных требованиях к уровню физической подготовленности учащихся, в нормативах Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» определены мероприятия по повышению уровня физического воспитания подрастающего поколения. Одним из путей решения задачи формирования физически здоровых людей является развитие массовых видов спорта, среди которых наиболее популярным и массовым является футбол.

Педагогическая целесообразность реализации данной программы в работе с детьми школьного возраста связана с решением проблемы занятости свободного времени детей, профилактикой гиподинамии в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания.

Отличительные особенности

Отличительной особенностью содержания данной программы от программы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (авт. С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко) и дополнительной общеобразовательной программы для спортивно-оздоровительных групп (СОГ) «Футбол» (авт. Корнеев А. М.), является ***ее направленность на обучение всех учащихся, независимо от уровня развития их физических данных,*** без специального отбора (кроме медицинских показаний).

Существенным отличием от программ спортивных школ является ***ориентация не на спортивный результат, а на общее физическое развитие.***

Данное отличие определяет специфику организации учебно-воспитательного процесса:

-команды на занятиях футболом комплектуются по желанию учащихся;

-отсутствует разделение по гендерному признаку на протяжении всего обучения;

- учащиеся не отчисляются из групп, не зависимо от способностей и результатов обучения, но допускается повторное прохождение программы.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» ориентирована на учащихся 7-17 лет. В объединение принимаются все желающие (и мальчики и девочки).

На начальном этапе обучения мальчики и девочки занимаюся футболом в смешанных группах. Связано это с тем, что уровень физической подготовленности у разнополых детей одного и того же возраста практически одинаков. Хотя причины этого равенства различны. Генетически мальчики сильнее, но скорость возмужания у них медленнее, чем у девочек. Два этих фактора, накладываясь один на другой, обуславливают равенство двигательных возможностей девочек и мальчиков одного и того же возраста до 12-13 лет.

Дети 7-ми – 10-ти лет очень хотят играть в футбол, но, как правило, еще не умеют обращаться с мячом. Поэтому основными для них на начальном этапе будут, во-первых, упражнения по элементарному владению мячом, сама игра и различные игровые упражнения. Во-вторых, подвижные игры, упражнения для развития ловкости, равновесия, координации движений, ходьба и бег, прыжки. Данные занятия имеют свою высокую эффективность за счет сочетания сенсомоторной стимуляции и большой подвижности.

Следует отметить, что функциональные возможности детей 7-10 лет невысоки, непрерывные процессы развития, происходящие в организме, требуют внимательного педагогического контроля при занятиях футболом.

При правильной методике спортивные занятия и занятия футболом в подростковом возрасте оказывают положительное влияние на формирование организма занимающихся. В юношеском периоде (15-17 лет.) организм уже созрел для выполнения большой тренировочной работы, направленной на достижение высокого спортивного мастерства. Занятия футболом развивают смелость, умение бороться с трудностями и на спортивном поле и в повседневной жизни. Большое достоинство футбола заключается в его командном характере.

Объем и срок освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» рассчитана на три года обучения.

Общий объем учебной нагрузки за **3 года** составляет **– 648 ч (216 часов в год).**

Первый год обучения (дети 7-10 лет) **216 ч**.

Второй год обучения (дети 10-15 лет) **216ч**.

Третий год обучения (дети 13-17 лет) **216 ч**.

Внеаудиторные часы отводятся на тренировку физических качеств и умений в домашнем режиме и участие в спортивных соревнованиях

Формы обучения и виды занятий

Основными формами организации учебно-тренировочной работы на всех этапах подготовки учащихся являются занятия: вводное, занятие-изучение нового материла, комбинированное занятие, занятие-обобщение материала, итоговое занятие, а также практические виды занятий: занятие – игра, теоретические и практические занятия, тренировочные игры на счёт, соревнования, ходьба, разновидности бега, прыжки, упражнения — как индивидуальные, так и в парах, тройках и т.д.

Режим занятий

Режим занятий работы 3 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом 10 минут между занятиями.

В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивной подготовке.

Наполняемость групп по годам обучения– 15 чел.

1.2 Цель и задачи программы

Цель: формирование тактических умений игры в футбол и приобщение учащихся к здоровому образу жизни.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитывать силу воли, смелость, настойчивость, дисциплинированность, чувства дружбы и коллективизма;
- воспитывать ценностное отношение к здоровому образу жизни.

Обучающие:

- формировать теоретические знания в области игры в футбол;
- формировать и развивать владение основными приемами и техниками игры в футбол;
- сформировать у учащихся элементарные знания в области гигиены и медицины;

Развивающие:

- укрепить здоровье и повысить работоспособность учащихся;
- развить скоростные и силовые качества учащихся.

1.3. Содержание программы

1. 3. 1. Учебно-тематические планы

Учебно-тематический план 1-го года обучения

№ п/п	Название тем программы	Теор.	Практ.	Всего
1.	Введение в общеобразовательную программу	1	-	1
2.	Физическая культура и спорт в России. Исто-	1	-	1

	рия развития футбола.			
3.	Правила игры и соревнований	1	9	10
4.	Правильная расстановка во время игры		8	8
5.	Основы техники и тактики игры	1	17	18
6.	Методика обучения	1	9	10
7.	Техника перемещения	-	4	4
8.	Спортивные игры	1	17	18
9.	Организация и проведение соревнований	1	17	18
10.	Общая физическая подготовка (ОФП)	-	18	18
11.	Контроль подготовленности учащихся	-	8	8
12.	Судейская практика	4	4	8
13.	Контрольные упражнения и соревнования	-	12	12
14.	Игра	-	12	12
15.	Тренировка	-	18	18
16.	Свободная игра	-	18	18
17.	Игра	-	18	18
18.	Итоговые нормативы	-	8	8
19.	Поход	-	7	7
20.	Подведение итогов	-	1	1
	ВСЕГО	**11**	**205**	**216**

Учебно-тематический план 2-го года обучения

№ п/п	**Название разделов и тем**	**Теор.**	**Практ.**	**Всего**
1	Правила техники безопасности на занятиях	1	1	2
2	Игровые виды спорта (волейбол, баскетбол)	1	19	20
3	Техническая подготовка	2	16	18
4	Изучение техники нападения	1	11	12
5	Удары на точность	1	11	12
6	Общая физическая подготовка	1	11	12
7	Специальная физическая подготовка	1	15	16
8	Правила соревнований	1	7	8
9	Соревновательная деятельность	1	11	12
10	Совершенствование техники передвижений	1	9	10
11	Обучение технике подачи мяча прямым ударом	1	7	8
12	Обучение подачи (пас)	1	7	8
13	Учебная игра с элементами подачи	1	7	8
14	Обучение подачи (пасы в движении)	1	7	8
15	Совершение подачи (обводка)	1	7	8
16	Обучение технике обводки	1	7	8
17	Совершенствование техники обводки в игре	1	7	8

18	Игра с применением обводок	1	7	8
19	Учебная игра с ранее изученными элементами	1	7	8
20	Соревнования в подгруппах	1	7	8
21	Нормативы	2	6	8
22	Подведение итогов	-	6	6
	Всего:	**22**	**194**	**216**

Учебно-тематический план 3-го года обучения

№ п/п	**Название разделов и тем**	**Теор.**	**Практ.**	**Всего**
1	Правила техники безопасности на занятиях	1	1	2
2	Игровые виды спорта (волейбол, баскетбол)	1	1	2
3	Техническая подготовка	2	17	18
4	Изучение техники вратаря	1	16	17
5	Удары на точность	1	9	10
6	Общая физическая подготовка	1	10	11
7	Специальная физическая подготовка	1	17	18
8	Правила соревнований	1	9	10
9	Соревновательная деятельность	1	11	12
10	Совершенствование выпадов передвижения	-	10	10
11	Обучение техники подачи прямым ударом	-	10	10
12	Обучение подачи. Игра- подача	-	10	10
13	Учебная игра с элементами подачи	-	10	10
14	Обучение подачи «сбрасывание мяча», техника подачи «свободного удара»	-	10	10
15	Совершение подачи «углового удара»	-	10	10
16	Обучение технике подачи мяча «срезка мяча»	-	10	10
17	Совершенствование техники подачи в игре	-	10	10
18	Совершенствование техники «обводка» слева/ справа	-	10	10
19	Учебная игра с ранее изученными элементами	-	10	10
20	Соревнования в подгруппах	-	10	10
21	Нормативы	-	4	4
22	Подведение итогов	-	2	2
	Всего:	**9**	**207**	**216**

1. 3. 2. Содержание учебно-тематических планов

Содержание учебно-тематического плана 1-го года обучения

Тема 1. Введение в образовательную программу(1 ч.)

Теория: Презентация творческого объединения «Футбол». Правила поведения на занятиях. Техника безопасности. История зарождения. Краткий обзор состояния и развития футбола в России.

Тема 2. Физическая культура и спорт в России. История развития (1 ч.)

Теория: Физическая культура – одно из средств воспитания, укрепления здоровья и всестороннего развития. Значение физической культуры для подготовки к трудовой деятельности и защите Родины. Развитие футбола.

Тема 3.Правила игры и соревнований(10 ч.)

Теория: Повышение способности организма к переносимости длительности и интенсивности нагрузок. Требования и нормы физкультурного комплекса для школьников.

Практика: упражнения в освоении игры, моделирование ситуации соревнования.

Тема 4.Правильная расстановка во время игры (8 ч.)

Практика: Правильная расстановка.

Тема 5. Основы техники и тактики игры(18ч.)

Теория: Правильная расстановка и способы игры. Исходная при подаче, основные положения при подготовке и выполнении основных приемов игры. Техника перемещений и их виды. Основные тактические варианты игры.

Практика: Тренировка ударов. Тренировка упражнений с мячом на количество раз. Изучение подач. Сочетание ударов. Имитация ударов. Имитация перемещений. Свободная игра. Игра на счет из одного, двух таймов. Участие в соревнованиях по выполнению наибольшего количества ударов в серии. Сдача контрольных норм.

Тема 6. Методика обучения(10 ч.)

Теория: Методы тренировки ударов сложных подач.

Практика: Занятия с усложнением, тренировка сочетаний ударов, применение имитаций в тренировке. Навыки контроля своей подготовки.

Тема 7.Техника перемещения (4 ч.)

Теория: Дать необходимые знания при перемещении на игровом поле.

Практика: Навык перемещения в игровом поле.

Тема 8.Спортивные игры (18 ч.)

Теория: Правила спортивных игр в спортивном зале (волейбол, баскетбол).

Практика: Спортивные игры (волейбол, баскетбол).

Тема 9.Организация и проведение соревнований (18ч.)

Теория: Нормативы спортивного инвентаря, одежды. Правила игры. Порядок игры. Переигровка. Очко. Особенности игры. Командный дух в игровых видах спорта.

Практика: Командные игры на счет.

Тема 10. Общая физическая подготовка (ОФП) (18 ч.)

Практика: СФП – целенаправленное развитие организма для достижения спортивных результатов в настольном теннисе.

Роль имитации в тренировке мышц рук, корпуса и ног.

Имитация ударов в течение 1 и 3 минут. Имитация ударов в течение 12 минут. Имитация перемещений.

Тема 11.Контроль подготовленности занимающихся (8 ч.)

Практика: Контроль осуществляется в соответствии с нормами.

Тема 12. Судейская практика

Теория: Правила судейства в спортивных играх.

Практика: С первого соревнования сами занимающиеся должны участвовать в судействе.

Тема 13. Контрольные упражнения и соревнования(12 ч.)

Практика: Проводятся согласно календарному плану мероприятий.

Тема 14. Самостоятельные игры (12 ч.)

Практика: Самостоятельная игра.

Тема 15. Тренировка ударов (18 ч.)

Практика: Упражнения для развития удара.

Тема 16. Свободная игра (18 ч.)

Практика: Игры на счет.

Тема 17. Игра (18ч.)

Практика: Научиться анализировать тактику игры.

Тема 18. Итоговые нормативы (8 ч.)

Практика: С элементами нормы ГТО.

Тема 19. Поход (7 ч.)

Практика: Экскурсия в спорт школу.

Тема 20. Подведение итогов(1 ч.)

Практика: Подведение итогов учебного года.

Содержание учебно-тематического плана второго года обучения

Тема 1. Правила Т. Б. на занятиях (2 ч.)

Теория: Введение в программу второго года обучения и всего курса. Инструктаж по ТБ. Краткий обзор состояния и развития футбола в России.

Практика: Тест на определение уровня подготовки.

Тема 2. Игровые виды спорта (баскетбол, волейбол) (20 ч.)

Теория: Правила игр и соревнований по видам спорта. Технические и тактические приёмы игры. Значение спортивных игр в социальной жизни человека.

Практика: Технические и тактические приёмы игры. Учебно-тренировочные игры. Мини-соревнования. Эстафеты и игры с использованием элементов спортивных игр.

Тема 3. Техническая подготовка (18 ч.)

Теория: На возрастном уровне групп начальной подготовки неправомерно требовать от детей четкого, технически безупречного выполнения конкретных заданий в упражнениях с мячом.

Практика для голкипера:-многократные повторения;

-упражнения с мячом: броски мяча правой (левой) рукой о пол, партнеру, о стену с ловлей мяча правой и левой руками сверху и снизу, перебрасы-

вание мяча с одной руки на другую, подбрасывание мяча вверх с ловлей двумя, одной рукой; различные виды жонглирования мячом, двумя сторонами поочередно, удары о стенку правой, левой, двумя сторонами поочередно; различные виды жонглирования мячом: удары по мячу правой, левой ногой, двумя ногами поочередно, удары по мячу на разную высоту (выше и ниже уровня глаз) удары по мячу поочередно;

- упражнения с мячом в движении - шагом, бегом, бегом с изменением направления бега, шагом, бегом с мячом;

- удар по мячам, удобно выбрасываемым (отбиваемым) тренером, партнером;

После освоения элементарных упражнений с мячом рекомендуется переход к изучению техники простейших ударов:

- разучивание и имитация исходных для ударов основным позиций - положение ног, разворот туловища, форма замаха, положение руки по отношению к туловищу, предплечья, плеча;

- многократное повторение ударного движения на разных скоростях (сначала медленное, затем - ускоренное) без мяча;

Свободная игра.

- упражнения с придачей мячу вращения: удары по мячу левой и правой ногой после его отскока от пола, удары по мячу левой и правой ногой без отскока от пола, удары по мячу левой и правой ногой у тренировочной стенки, удары по мячу левой и правой ногой, удары по мячу левой и правой ногой при игре с тренером, партнером;

- имитация ударов;

- имитация передвижений влево - вправо - вперед - назад с выполнением ударных действий;

- одиночные передвижения и удары, серийные передвижения и удары;

- имитация передвижений в игровой стойке со сменой зон (передвижения вправо-влево, вперед-назад, по «треугольнику» - вперед - вправо - назад, вперед - влево - назад);

Игра с тренером (партнером) по направлениям на большее количество попаданий в серии - игра одним (двумя) ударом из одной точки в одном, двух, трех направлениях; игра одним видом удара из двух, трех точек в одном (разных) направлении;

- выполнение подач разными ударами;

- игра на различные варианты по длине полета мяча, по направлениям полета мяча, сочетание справа и слева;

- игра на счет разученными ударами;

- игра со всего поля с коротких и длинных подач;

- групповые игры: «Один против всех», «Круговая с тренером» и др.

Тема 4.Изучение техники нападения(12 ч.)

Теория: Правила освоения техники нападения.

Практика: упражнения на освоение техники нападения.

Тема 5. Удары на точность (12 ч.)

Теория: Правила отработки ударов на точность.

Практика: Отработка ударов на точность, количество раз.

Тема 6. Общая физическая подготовка(20 ч.)

Теория: Спорт и допинг. Влияние употребления НАН на спортивные результаты.

Практика: Комплексы упражнений для развития двигательных - координационных способностей.

Тема 7. Специальная физическая подготовка(16 ч.)

Теория: Для развития специальных физических качеств, применяется широкий комплекс упражнений.

Практика: бег, имитация удара.

Тема 8. Правила соревнований (8 ч.)

Теория: Нормативы спортивного инвентаря, одежды. Правила игры. Порядок игры. Переигровка. Особенности парной игры. Командный дух в игровых видах спорта.

Практика: Одиночные и командные игры на счет.

Тема 9. Соревновательная деятельность

Теория: Правила поведения на соревнованиях.

Практика: Соревновательная деятельность согласно календарному плану.

Тема 10. Совершенствование выпадов передвижения(10 ч.)

Теория: Правила приемов передвижения, выпадов, подач.

Практика: Овладение различными приемами передвижения, выпадов, подач.

Тема 11. Обучение технике подачи прямым ударом, совершенствование вращения мяча (8 ч.)

Теория: Правила и техника упражнений с подачей мячу вращения.

Практика: Упражнения с придачей мячу вращения: удары по мячу левой и правой ногой после его отскока у тренировочной стенки.

Тема 12. Обучение подачи. Игра-подача (8 ч.)

Теория: Правила подачи.

Практика: Игра с педагогом.

Тема 13. Учебная игра с элементами подач (8 ч.)

Теория: Влияние скорости на подачу.

Практика: Многократные повторения ударного движения на разных скоростях.

Тема 14. Обучение подач «пасы»

Теория: Техника и правила подачи.

Практика: Свободная игра ударами без мяча, с мячом у стенки.

Тема 15. Совершенствование подачи «Обводка».

Теория: Правила ударов.

Практика: Имитация ударов.

Тема 16. Обучение техники «обводка» (8 ч.)

Теория: Правила техники элемента игры.

Практика: Обучение техники мяча.

Тема 17. Совершенствование техники обводки в игре(8 ч.)

Теория: Правила техники элемента игры «Обводка».

Практика: Совершенствование техники обводки в игре.

Тема 18. Совершенствование техники обводки слева, справа. Игра с применением обводок(8 ч.)

Теория: Правила техники элемента игры «Обводка» слева, справа.

Практика: Совершенствование техники «обводка» слева, справа. Игра с применением обводки.

Тема 19. Учебная игра с ранее изученными элементами (8 ч.)

Теория: Правила судейства.

Практика: Учебная игра с судейством учащихся.

Тема 20. Соревнования в подгруппах (8 ч.)

Теория: Правила соревнований по футболу.

Практика: Соревнования в подгруппах согласно календарному плану.

Тема 21. Нормативы (8ч.)

Теория: Правила норм ГТО.

Практика: Нормативы с элементами норм ГТО.

Тема 22. Подведение итогов (6 ч.)

Практика: Подведение итогов учебного года.

Содержание учебно-тематического плана 3-го года обучения

Тема 1. Правила Т. Б. на занятиях (2 ч.)

Теория: Введение в программу третьего года обучения и всего курса. Инструктаж по ТБ. Краткий обзор состояния и развития футбола в России

Практика: Тест на определение уровня подготовки.

Тема 2. Игровые виды спорта (баскетбол, волейбол) (2 ч.)

Теория: правила игр и соревнований по видам спорта. Технические и тактические приёмы игры. Значение спортивных игр в социальной жизни человека.

Практика: Технические и тактические приёмы игры. Учебно-тренировочные игры. Мини-соревнования. Эстафеты и игры с использованием элементов спортивных игр.

Тема 3. Техническая подготовка (18 ч.)

Теория: На возрастном уровне групп начальной подготовки неправомерно требовать от детей четкого, технически безупречного выполнения конкретных заданий в упражнениях с мячом.

Практика: Многократное повторение пройденного материала.

Тема 4.Изучение техники вратаря (17 ч.)

Теория: Правила освоения техники.

Практика: Освоить технику вратаря.

Тема 5. Удары на точность (10 ч.)

Теория: Правила отработки ударов на точность.

Практика: Отработка ударов на точность, количество раз.

Тема 6. Общая физическая подготовка(11 ч.)

Теория: Спорт и допинг. Влияние употребления НАН на спортивные результаты.

Практика: Комплексы упражнений для развития двигательных - координационных способностей.

Тема 7. Специальная физическая подготовка(18 ч.)

Теория: Для развития специальных физических применяется широкий комплекс упражнений для туловища, рук и ног.

Практика: Для развития силы мышц ног и туловища могут быть рекомендованы поднимания ног, туловища, сгибание и разгибание рук.

Тема 8. Правила соревнований (10 ч.)

Теория: Нормативы спортивного инвентаря, одежды. Правила игры. Порядок игры. Переигровка. Особенности парной игры. Командный дух в игровых видах спорта.

Практика: Одиночные и командные игры на счет.

Тема 9. Соревновательная деятельность(12 ч.)

Теория: Соревновательная деятельность согласно календарному плану

Тема 10. Совершенствование выпадов передвижения(10 ч.)

Практика: Овладение различными приемами передвижения, выпадов, подач.

Тема 11. Обучение техники подачи прямым ударом, совершенствование вращения мяча(10 ч.)

Практика: Упражнения с придачей мячу вращения: удары по мячу левой и правой ногой после его отскока у тренировочной стенки.

Тема 12. Обучение подачи. Игра-подача(10 ч.)

Практика: Игра с педагогом.

Тема 13. Учебная игра с элементами подач(10 ч.)

Практика: Многократные повторения ударного движения на разных скоростях.

Тема 14. Обучение подач «сбрасывание мяча», техника подачи «свободного удара, соревнования в подгруппах(10 ч.)

Практика: Свободная игра ударами без мяча, с мячом у стенки.

Тема 15. Совершенствование подачи «углового удара», «техника отскока мяча в игре» (10 ч.)

Практика: Имитация «ударов техника отскока мяча в игре».

Тема 16. Обучение техники «подачи мяча» (10 ч.)

Практика: Обучение техники «**подача мяча**» у тренировочной стенки.

Тема 17 . Совершенствование техники подачи в игре(10 ч.)

Практика: Совершенствование техники.

Тема 18. Совершенствование техники «обводка» слева, справа (10 ч.)

Практика: Совершенствование техники «обводки» слева, справа. Игра с применением обводки.

Тема 19. Учебная игра с ранее изученными элементами (10 ч.)

Практика: Учебная игра с судейством учеников

Тема 20. Соревнования в подгруппах(10 ч.)

Практика: Соревнования в подгруппах согласно календарному плану

Тема 21. Нормативы(4 ч.)

Практика: Нормативы с элементами норм ГТО

Тема 22. Подведение итогов(2 ч.)

Практика: Подведение итогов учебного года.

1.4 Планируемые результаты

Ожидаемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» дифференцированы по содержательной направленности:

Результаты	***1год обучения***	***2год обучения***	***3год обучения***
Личностные	*-познавательный интерес к занятиям*	-ценностное отношение к здоровому образу жизни	-установка на здоровый образ жизни; - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе игры.
Метапредметные	***Регулятивные УУД*** *-определять и формулировать* цель деятельности на занятии, -*проговаривать* последовательность действий; ***Познавательные УУД:*** -добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии; ***Коммуникативные УУД:*** -умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. -учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).	***Регулятивные УУД*** - *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии ***Познавательные УУД:*** -перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды; ***Коммуникативные УУД:*** -совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;	***Регулятивные УУД*** -уметь *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь *работать* по предложенному плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать деятельность; ***Познавательные УУД:*** перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды; ***Коммуникативные УУД:*** -умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и интересов.

Предметные	**Должны знать:** - значение правильного режима дня юного спортсмена; - правила игры в футбол; - роль капитана команды, его права и обязанности; - правила использования спортивного инвентаря. **Должны уметь:** - контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций; - управлять своими эмоциями; - владеть игровыми ситуациями на поле; - владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.	**Должны знать:** - задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом; - значение и содержание самоконтроля; - - причины травм на занятиях по футболу и их предупреждение. **Должны уметь:** - технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга; - разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, - владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.	**Должны знать:** - правила игры в футбол; - - причины травм на занятиях по футболу и их предупреждение. **Должны уметь:** - технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации - разрабатывать индивидуальный двигательный режим, поддерживать оптимальный уровень индивидуальный уровень работоспособности; - владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле; - применять на практике приобретенные навыки коллективной игры, сформированные организационные и рефлексивные способности и умения; - проявлять творческую и социальную активность.

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1.Календарный учебный график

В 2016-2017 уч. году количество учебных недель для реализации аудиторной нагрузки – 36, учебных дней 210.

В связи с учебным планом и расписанием занятий в спортивном объединении «Футбол» занятия по программе «Футбол» начинаются с 15 сентября 2016г. и заканчиваются 31 мая 2017г.

Учебная база реализации программы: «Футбол» на базе СОШ №71 спортивный зал.

Форма организации деятельности учащихся – групповая.

2.2 Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы следующие условия:

- **материально – техническое обеспечение:**

- спортивный зал, оснащенный всем необходимым оборудованием в соответствии с нормами СанПиН;

- спортивная форма, бутсы, стандартные ворота (футбольные), стойки для обводки, скакалки, мячи набивные различной массы, мячи футбольные №4, на каждого мячи футбольные №5, отбивные сетки, сетки для мячей, компрессор для накачивания мячей;

- **Информационное обеспечение**

интернет - ресурсы:
http://www.sportzone.ru/sport/rules.html?sport=football
http://www.football-info.ru/pravila/home.html
http://m.chempionat.com
http://foootball.ru/vse-o-futbole/18-pravila-futbola
http://sp-mir.com
футбол-удары.рф

- **Кадровое обеспечение**

Программа реализуется силами одного педагога. Педагог имеет педагогическое образование, соответствующее требованиям профессионального стандарта педагога дополнительного образования. Для оценки результативности программы педагог должен владеть умениями реализовывать психолого-педагогическую диагностику и анализировать полученные результаты.

2.3 Формы аттестации и контроля

Педагогический контроль за реализацией общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется с целью отслеживания результатов образовательной деятельности, прогнозирования результатов обучения, поощрения учащихся в конце года грамотами и дипломами.

Для ***подведения итогов реализации*** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» используются такие формы контроля, как участие в соревнованиях на уровне окружного, городского, областного.

Основными средствами отслеживания результативности программы являются материалы психолого-педагогической диагностики (беседа, наблюдение, предметные пробы, нормативы). Проведение контроля и фиксация текущих результатов освоения программы проводится 3 раза в год: в начале года, в середине и в конце учебного года.

Основными формами фиксации образовательных результатов являются:

- свидетельство об освоении дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы;
- грамоты за участие в соревнованиях;
- журнал посещаемости.

Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов являются: товарищеский матч, командная игра, эстафеты участие в соревнованиях разного уровня (городской, областной).

Формами подведения итогов обучения являются соревнования различного уровня.

2.4 Оценочные материалы

Оценка эффективности реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» осуществляется по специально разработанным параметрам. Основными способами определения результативности обучения по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе являются методы психолого-педагогической диагностики: наблюдение, предметные пробы, беседа, анализ продуктов деятельности, диагностические методики.

Методами анкетирования, бесед выявляются интересы и потребности учащихся. Беседа о значении посещения занятий (авт. Тишкова А.А., Кравцова К.А.) применяется для выявления личностного смысла учащихся в изучении программы; мотивация к посещению занятий в творческом объединении оценивается анкетой автора М.В.Матюхиной.

Для оценки уровня сформированности действий контроля, оценки, целеполагания, планирования используются наблюдение и диагностическая карта авторов Репкина Г.В., Заика Е.В.

Педагог методами наблюдения, предметных проб и анализа продуктов деятельности оценивает сформированность знаний, умений и навыков по футболу. С помощью предметных проб педагог оценивает у учащихся знание правил и базовых техник игры в футбол, проведения соревнований, умение провести специальную разминку футболиста, умение составить график соревнований в личном зачете и определить победителя и т.п.

Динамика развития тех или иных параметров отслеживается в несколько этапов и включает в себя: входную диагностику, текущую и итоговую.

6. Методические материалы

При разработке содержания программы были использованы материалы методических рекомендаций для преподавателей общеобразовательных школ «Методические рекомендации к занятиям по футболу» (авт. Московой В.И.), поурочных разработок по футболу (авт. Суворов В.В.), дополнительная общеобразовательная программа для спортивно-оздоровительных групп (СОГ) «Футбол» (авт. Корнеев А. М.).

Содержание разделов программы структурировано в соответствии с целями и задачами. На первом году обучения раскрывается применение основ игры в футбол, даются теоретические основы, учащиеся пробуют свои силы в соревнованиях и тактике игры. Второй год обучения посвящен технике и тактике игры, акцентируется внимание на способности учащихся активно применять полученные навыки в собственной жизненной практике.

Основные методы работы с учащимися можно разделить на три группы: практические, словесные, наглядные.

Практические методы спортивной тренировки, основанные на двигательной деятельности спортсмена, подразделяются на методы упражнений, игровой и соревновательный методы.

При использовании *методов упражнений* деятельность занимающихся организуется и регулируется с достаточно полной регламентацией, которая обеспечивает оптимальные условия для усвоения двигательных навыков и гарантирует точно направленное воздействие на развитие физических качеств, способностей.

Методы упражнений имеют несколько вариантов: разучивание действий в целостном и расчлененном виде.

Метод целостного упражнения применяют при изучении, как простейших двигательных действий, так и сложных, которые нельзя расчленить без существенного искажения их характеристик.

Метод расчлененного упражнения предполагает разучивание отдельных относительно самостоятельных частей элементов, фаз изолированно, и лишь после определенного усвоения они соединяются в целостное действие.

Сопряженный метод используется в процессе совершенствования в технике, тактике с параллельным развитием физических качеств. При выполнении технико-тактических действий применяют различного рода отягощения (пояса, жилеты, утяжеленную обувь, мячи и т.д.) строго определенного веса, не искажающие технику движений.

Иную основу имеет *метод избирательных воздействий*. Характерная черта этого метода - преимущественная направленность воздействий на те или иные функциональные свойства организма, что достигается посредством специальных упражнений, которые нередко могут иметь относительно локальный характер (например, упражнения с отягощениями, направленные на развитие отдельных мышечных групп, старты из различных исходных положений, направленные на развитие стартового ускорения, и т.д.).

Следующая большая группа методов основана на различных способах регламентации режима нагрузки и отдыха.

Равномерный метод характеризуется непрерывным выполнением физических упражнений в течение относительно длительного времени с постоянной интенсивностью (как правило, невысокой), темпом, величиной усилия (например, кроссы, плавание, ведение мяча и т.д.).

Переменный метод определяется направленным изменением воздействующих факторов по ходу выполнения упражнения. Это достигается за счет варьирования нагрузки в ходе непрерывного упражнения путем изменения скорости передвижения, темпа, величины усилий, амплитуды движений, изменения техники и т.п.

Повторный метод заключается в многократном выполнении упражнений с определенными интервалами отдыха, длительность упражнения, ин-

тенсивность нагрузки, продолжительность отдыха, количество повторений зависят от решаемых задач.

Интервальный метод характеризуется многократным серийным повторением упражнений через определенные интервалы отдыха между повторениями и между сериями повторений. Причем как нагрузку, так и паузы отдыха можно изменять в различных отношениях. Тренирующим воздействием обладают не только (и не столько) сами упражнения, но и интервалы отдыха.

В последние годы разработаны специальные методические формы, предназначенные для комплексного использования физических упражнений, которые получили название круговой тренировки.

Круговая тренировка - это организационно-методическая форма занятий, основу которой составляет серийное (непрерывное и с интервалами) повторение упражнений, подобранных и объединенных в комплексе, которые выполняются в порядке последовательной смены “станций” по замкнутому контуру.

Большинство упражнений носит локальный характер, т.е. воздействует на определенную мышечную группу, на определенное физическое качество. В форме круговой тренировки совершенствуются также и отдельные технико-тактические навыки.

Ценной чертой круговой тренировки является возможность строго индивидуальной дозировки нагрузки.

Игровой метод представляет собой двигательную деятельность игрового характера, определенным образом упорядоченную (замысел, план игры, правила и т.д.). В игровом методе могут быть использованы различные физические упражнения: бег, прыжки, метания, акробатические упражнения, технико-тактические и другие упражнения, выполняемые в форме подвижных игр, эстафет и специальных игр с мячом.

Соревновательный метод основан на сопоставлении сил в условиях упорядоченного (в соответствии с правилами) соперничества, борьбы за первенство или возможно более высокого достижения в соревнованиях и играх различного ранга.

Словесные методы

Практически все стороны деятельности педагога связаны с использованием слова: сообщаются теоретические сведения, ставятся конкретные задачи, формируется отношение к выполнению тренировочных заданий, анализируются и оцениваются результаты.

Методы обеспечения наглядности

Данный комплекс методов применяется для создания зрительных, двигательных и других ощущений и восприятий об изучаемых упражнениях в процессе технической, тактической, физической подготовки. Их условно можно разделить на две группы: методы непосредственной наглядности и методы опосредованной наглядности.

Для активизации познавательной деятельности учащихся используются следующие формы организации учебной работы:

-фронтальная - демонстрация наглядного материала, постановка вопросов;

-индивидуальная - дополнительное объяснение задания или представление самостоятельности в работе;

-групповая - при которой учащиеся делятся на несколько групп с учетом способностей, возраста, темпа работы;

-коллективная (соревнования, нормативы).

Основная форма организации и проведения занятий по футболу - тренировочное занятие.

Основные формы тренировочного процесса: теоретические занятия, индивидуальная, групповая и командная тренировка, педагогический и медицинский контроль. В организации занятий выделяются следующие этапы работы:

- ***Организационный*** (создание оптимального климата взаимоотношений, при котором все с интересом и быстро включаются в работу, это создание атмосферы дружелюбия, вежливости и корректности), проверка готовности к занятию).

-***Подготовительный*** (сообщение темы и цели учебного занятия)

- ***Основной этап:***

а) изложение нового материала в интересной, доступной форме, сопровождаемой вопросами детей и просмотром наглядных пособий;

б) подготовка к игре;

в) игра, соревнования, нормативы.

-***Контрольный этап*** - в процессе которого происходит выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

-***Итоговый -*** обсуждение и коллективное подведение итогов, достижения цели занятия, оценивание и самооценивание результативности работы каждого обучающегося.

Выделенные этапы могут по-разному комбинироваться, какие - либо из них могут не иметь места в зависимости от педагогических целей.

Во избежание перегрузок, в пределах одного занятия виды деятельности могут несколько раз меняться.

Список литературы

Нормативные документы

1. Безопасность спортивного оборудования и инвентаря образовательных организаций, детских игровых и физкультурно-оздоровительных площадок // Нормативные документы ОУ. – 2014. – №6. – С. 37-44.
2. Государственная программа «Развитие физической культуры и спорта на 2013 – 2020 годы». – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://programs.gov.ru/Portal/.Комплекс ГТО: от советского периода до наших дней // Справочник руководителя ОУ. – 2014. – №11. – С. 14-37.
3. Концепция развития дополнительного образования детей //Дополнительное образование и воспитание. – 2014. – №6. – С. 3-10 // Библиотечка для УДОд. – 2014. – №5. –119с.
4. Межведомственная программа развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года. Проект, направленный в регионы для ознакомления Департаментом дополнительного образования детей, воспитания молодежной политики Минобрнауки РФ 26.12.2012г. // Библиотечка для учреждений дополнительного образования детей. – 2013. – №4. – С. 103-127.
5. Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ). – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.consultant.ru/cons/cgi/online.cgi?req=doc&base=EXP&n=646984
6. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО). Методические рекомендации по выполнению видов испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): одобрены протоколом Минспорта России от 23.07.2014 №1 // Справочник руководителя ОУ. – 2014. – №11. – 37с.
7. О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО): Указ президента РФ от 24.03.2014 №172 // Нормативные документы ОУ. – 2014. – №6. – С. 46-47.
8. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам: Приказ Минобрнауки от 29.08.2013 №1008 // Нормативные документы ОУ. – 2014. - №9. – С. 31-36.
9. Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе» Готов к труду и обороне» (ГТО) // Нормативные документы ОУ. – 2014. – №9. – С.11-15.

10. Порядок приема на обучение по дополнительным программам в области физической культуры и спорта // Нормативные документы ОУ. – 2014. – №9. – С.69-74.
11. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013г. № 1008. – Электрон. текстовые данные. – Режим доступа: http://dopedu.ru/ // Дополнительное образование и воспитание. – 2014. – №2. – С. 9-13 // Вестник образования России. – 2014. – №1. – С. 20-28.
12. Рекомендации по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений, спортивного оборудования и инвентаря // Нормативные документы ОУ. – 2014. – №6. – С. 54-75.
13. Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2.2821 – 10 //Вестник образования России. – 2011. – №7-8-9. – С. 43-64.
14. Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей: утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 (вместе с СанПин 2.4.4.3172-14) (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014.№33660) . – [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
15. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015г. №996-р. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://programs.gov.ru/Portal/ // Нормативные документы ОУ. – 2015. – №8. – С. 7-20.
16. Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам // Нормативные документы. – 2014. – №9. – С. 49-68.
17. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации», от 29.12.2012г.№ 273 – ФЗ» // Вестник образования России. – 2013. – №3-4.
18. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 №329. – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://programs.gov.ru/Portal/.

Список литературы для педагогов

1. Андреев, С. Н. Играй в футбол / С.Н. Андреев. – М.: Паматур, 1999. – 450 с.
2. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол / Х. Вайн. Пер. с итал. – М.: Терра-спорт, Олимпия Пресс, 2004. – 244 с.: ил. – (Первый шаг).
3. Волков, Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л.В. Волков. – Киев: Олимпийская литература, 2003. – 280 с.
4. Гиффорд, К. Энциклопедия футбола / К. Гиффорд – М.: Издательство Астрель, 2005. – 410 с.

5. Годик, М. А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик – М.: Терра-спорт, 2006. – 250 с.
6. Голдблат, Д. Энциклопедия футбола / Д. Голдбат. 2002. – 510 с. – М.: Издательство Астрель ,2003. – 510 с.
7. Голомазов, С. В. Методика совершенствования техники эпизодов игры / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем-пресс, 2001. – 190 с.
8. Голомазов, С. В. Методика тренировки техники игры головой / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем-пресс, 2001. – 210 с.
9. Голомазов, С. В. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем- пресс, 2001. – 180 с.
10. Голомазов, С. В. Теоретические основы тренировки ловли и отражения мячей вратарями / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2001. – 280 с.
11. Голомазов, С. В. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем. –пресс, 2001. – 250 с.
12. Голомазов, С. В. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем-пресс, 2001. – 140 с.
13. Голомазов, С. В. Универсальная техника атаки / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем-пресс, 2001. – 210 с.
14. Губа, В. П. Основы распознавания раннего спортивного таланта / В.П. Губа. – М.: Терра-спорт, 2003. – 180 с.
15. Искусство подготовки высококлассных футболистов: научно-методическое пособие / под ред. проф. Н. М. Люкшинова – М.: Советский спорт, 2003. – 416 с.
16. Лисенчук, Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г.А. Лисенчук. – Киев. Олимпийская литература, 2003. – 260 с.
17. Перепекин, В. А. Восстановление работоспособности футболистов / В.А. Перепекин. – М.: Терра-спорт, 2006. – 120 с.
18. Сассо, Э. Футбольный тренер / Сассо, Э. – М.: Терра-спорт, 2003. – 240 с.
19. Селуянов, В. Н. Определение одаренности и поиск талантов в спорте / В.Н. Селуянов, Шестаков М. П. – М.: Спортакадем-пресс, 2000. – 210 с.
20. Селуянов, В. Н. Физическая подготовка футболистов / В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания. – М.: ТВТ Дивизион, 2004. – 320 с.
21. Харви, Г. Футбол для начинающих / Г., Харв, Р. Дангворт, Д. Миллер. – М.: Издательство Астрель, 2001. – 350 с.
22. Чесно, Ж. Футбол - обучение базовой технике / Ж. Чесно, Ж. Дюрэ / пер. с фран. – М. Спортакадем-пресс, 2002. – 300 с.
23. Швыков, И. А. Подготовка вратарей в футбольной школе / И.А. Швыков. – М.: Терра-спорт, 2005. – 110 с.

24. Швыков, И. А. Футбол / И.А. Швыков. – М.: Терра-спорт, 2002. – 110 с.
25. Якимов, А. М. Основы тренерского мастерства / А.М. Якимов. – М.: Терра-спорт, 2003. – 120 с.

Список литературы для учащихся

1. Гиффорд, К. Энциклопедия футбола / К. Гиффорд – М.: Издательство Астрель, 2005. – 410 с.
2. Годик, М. А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик – М.: Терра-спорт, 2006. – 250 с.
3. Голдблат, Д. Энциклопедия футбола / Д. Голдбат. 2002. – 510 с. – М.: Издательство Астрель ,2003. – 510 с.
4. Голомазов, С. В. Универсальная техника атаки / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: Спортакадем-пресс, 2001. – 210 с.
5. Селуянов, В. Н. Физическая подготовка футболистов / В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания. – М.: ТВТ Дивизион, 2004. – 320 с.
6. Харви, Г. Футбол для начинающих / Г., Харв, Р. Дангворт, Д. Миллер. – М.: Издательство Астрель, 2001. – 350 с.
7. Чесно, Ж. Футбол - обучение базовой технике / Ж. Чесно, Ж. Дюрэ / пер. с фран. – М. Спортакадем-пресс, 2002. – 300 с.