Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Гимназия №96 им. В.П. Астафьева»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Гимназии

№96 им. В.П. Астафьева

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бреус Е.В.

Приказ № 171/ ПД

от « 31 » 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

кружка

физкультурно-спортивной направленности

«Футбол» (базовый уровень)

на 2024/2025 учебный год

Возраст обучающихся: 11-12 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:

педагог дополнительного образования

И.Д. Бурыкина

г. Железногорск

2022г.**Пояснительная записка**

Рабочая программа кружка по футболу разработана на основе «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол». ФГОС. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М.: «Просвещение», 2011г.; «Физическая культура. Рабочие программы. 2-е издание. Москва «Просвещение», 2012г.

Программа по «Футболу» способствует лучшему усвоению школьной программы по физической культуре в части «Спортивные игры», включающей волейбол. Данная программа рассчитана на 102 часа, по 3 часа в неделю с часовой продолжительностью занятия. Программа составлена для учащихся 5-6 классов (11-12 лет). Количество обучающихся в группе - 15 человек. Программа рассчитана на 1учебный год.

Данная программа по футболу имеет оздоровительную **направленность** и направлена на приобретение учащимися теоретических сведений, овладение приемами техники и тактики, приобретения навыков участия в игре и организации самостоятельных занятий.

В ходе изучения данной программы по футболу учащиеся приобретают базовые знания о месте и значении игры в системе физического воспитания, о структуре рациональных движений в технических приёмах игры, изучают взаимодействие игрока с партнерами в групповых действиях для успешного участия в игре, что может говорить о том, что дети освоят **базовый уровень** программы.

**Новизна** программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большое количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что учащимся позволит идти в ногу со временем и повысить свой уровень соревновательной деятельности в футболе. Реализация программы также предусматривает психологическую подготовку, которой в других программах уделено мало внимания.

**Актуальность** программы заключается в том, что занятия по ней, позволяют учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время. Так как количество учебных часов отведенных на изучение раздела «футбол» в образовательной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами. Программа также актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой учебной нагрузкой.

**Педагогическая целесообразность**

Футбол – один из игровых видов спорта в программах физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе – это занятия в спортивной секции по футболу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района, округа, матчевые встречи и т.п.).

Чтобы играть в футбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия футболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в футбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в футбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Программа кружка по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Футбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей:**

* укрепление здоровья, физического развития и подготовленности;
* воспитание личностных качеств;
* освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Цели конкретизированы следующими **задачами**:

*Оздоровительные:*

1. Укрепление физического и психологического здоровья;
2. Улучшение физического развития;
3. Развитие устойчивости организма к различным заболеваниям;
4. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.

*Образовательные:*

1. Совершенствовать координацию тела;
2. Развитие физических качеств (ловкость, выносливость, прыгучесть и т.п);
3. Формирование двигательных умений и навыков;
4. Усвоение знаний о физическом воспитании;
5. Обучение технике и тактике игры в футбол;
6. Формирование у учащихся необходимых теоретических знаний.

*Воспитательные:*

1. Выработка у учащихся привычки соблюдения режима;
2. Воспитывать любовь к занятиям, спорту, интерес к результатам, достижениям спортсменов;
3. Воспитывать положительные черты характера (организованность, дисциплинированность и т.д), нравственные качества (честность, справедливость), и волевые качества (смелость, решительность).

**Особенностью** данной программы является упор на изучение новейших тактических действий и приёмов и современных методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре, а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки. Занятия по этой программе позволяют объединять мальчиков и девочек в одну группу.

**Программа рассчитана** на возраст: 11-12лет.

**Сроки реализации программы**

Программа кружка «Футбол» рассчитана на 1 год. Занятия проходят 3 раза в неделю по 1 часу и включают в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в футбол. В практической части углублено изучаются технические приёмы и тактические комбинации. В занятиях с учащимися 11-12 лет целесообразно акцентировать внимание на комбинированные упражнения, технику передач и учебно-тренировочные игры. В данной программе представлено содержание работы на двух этапах: 1 – начальный этап, 2- учебно-тренировочный этап.

Форма реализации программы – очная.

**Режим занятий**

Программа по футболу реализуется на базе МБОУ «Гимназии №96». Занятия проводятся в спортивном зале три раза в неделю по одному часу.

**Формы организации занятий**

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

* групповые, теоретические и практические занятия;
* соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные и др.)
* подвижные игры;
* эстафеты;
* квалификационные испытания.

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе является секционные, практические занятия и соревнования по футболу. Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники футбола. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

**По окончании реализации программы ожидается достижение следующих результатов:**

*Учащиеся должны знать:*

* историю развития футбола и воздействие этого вида спорта на организм человека;
* значение здорового образа жизни;
* правила техники безопасности при занятиях данным видом спорта;
* правила игры;
* терминологию игры и жесты судьи;
* технику изученных приёмов и тактику, индивидуальных и коллективных действий;
* методику регулирования психического состояния.

*Уметь:*

* технически правильно осуществлять двигательные действия, применяющиеся в футболе, использовать их в условиях соревновательной

деятельности и организации собственного досуга;

* - применять в игре изученные тактические действия и приёмы;
* - соблюдать правила игры;
* регулировать психическое состояние во время тренировок и соревнований;
* достигать оптимального боевого состояния;
* организовывать и судить соревнования;
* осуществлять соревновательную деятельность.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:

* тестирование на знание теоретического материала;
* тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы;
* сдача контрольных нормативов по ОФП;
* результаты соревнований, матчевых и товарищеских встреч.

**Формы и способы проверки результативности**

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы и сдают зачет. Аттестация учащихся по каждой теме в данной программе не предполагается.

***Контрольные испытания.***

***Общефизическая подготовка.***

*Бег 30 м 6х5м* на расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит. Преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.

*Прыжок в длину с места.* Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

***Техническая подготовка.***

*Испытание на точность передачи.* Устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи. Каждый учащийся выполняет 5 попыток.

*Испытание на точность передачи.*

*Испытания на точность удара по воротам.*

*Испытания в защитных действиях.*

***Тактическая подготовка.***

Действия при приеме мяча в поле. Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) выбор способа приема мяча (по заданию). Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) выбор способа действия: прием мяча от нападающего удара или выход к сетке на страховку и прием мяча от скидки. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество.

**Распределение учебного времени по реализации видов подготовки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | **Теоретическая** | 5 |
| 2 | **Техническая** | 45 |
| 2.1 | Техника передвижения игрока. | 5 |
| 2.2 | Остановка опускающегося мяча | 15 |
| 2.3 | Ведение мяча | 10 |
| 2.4 | Совершенствование техники ударов по мячу | 15 |
| 3 | Т**актическая** | 20 |
| 3.1 | Действия игрока в защите | 10 |
| 3.2 | Действия игрока в нападении | 10 |
| 4 | **Физическая** | 20 |
| 4.1 | Общая подготовка | 10 |
| 4.2 | Специальная | 10 |
| 5 | **Участие в соревнованиях** Двухстороння игра | 10 |
| 6 | **Тестирование** | 2 |
|  | **ИТОГО:** | 102 |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п\п** | **Тема (раздел)** | **Количество часов** | **Дата проведения** |
| **1** | Развитие мини-футбола в России и за рубежом. Описание игры: возникновение и развитие. | **1** |  |
| **2** | ОФП. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах. | **1** |  |
| **3** | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. | **1** |  |
| **4** | Тактическая подготовка. Защитные действия при опеке игрока без мяча. | **1** |  |
| **5** | Индивидуальные действия: финты с мячом. | **1** |  |
| **6** | Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся. | **1** |  |
| **7** | Остановка катящегося мяча подошвой, | **1** |  |
| **8** | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты движений футболиста | **1** |  |
| **9** | Техническая подготовка. Ведение мяча | **1** |  |
| **10** | Техническая подготовка. Удар серединой подъема | **1** |  |
| **11** | Техническая подготовка. Вбрасывание мяча из-за боковой линии | **1** |  |
| **12** | Тактическая подготовка Перехват мяча | **1** |  |
| **13** | Техническая подготовка Обманные движения (финты) | **1** |  |
| **14** | ОФП. Прыжки: в высоту, в длину, с места, с разбега. Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног. | **1** |  |
| **15** | Техническая подготовка Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема | **1** |  |
| **16** | Тактическая подготовка взаимодействие трех нападающих | **1** |  |
| **17** | Техническая подготовка Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника | **1** |  |
| **18** | Тактическая подготовка Командные действия в нападении. | **1** |  |
| **19** | Специальная физическая подготовка Упражнения для развития специальной выносливости футболиста | **1** |  |
| **20** | Техническая подготовка. Передачи мяча на месте | **1** |  |
| **21** | Тактическая подготовка Действия в защите при угловых ударах | **1** |  |
| **22** | Техническая подготовка. Передачи мяча в движении | **1** |  |
| **23** | ОФП. Акробатические упражнения (кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх, кувырки вперед с прыжком, стойка на руках). | **1** |  |
| **24** | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития ловкости футболиста. | **1** |  |
| **25** | Теоретическая подготовка. Гигиенические знания и меры безопасности на занятиях. | **1** |  |
| **26** | Техническая подготовка Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника | **1** |  |
| **27** | Техническая подготовка. Передачи мяча верхом | **1** |  |
| **28** | Тактическая подготовка Действия в нападении при угловых ударах | **1** |  |
| **29** | Техническая подготовка. Передвижения игрока без мяча | **1** |  |
| **30** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **31** | Техническая подготовка. Остановка мяча бедром | **1** |  |
| **32** | Техническая подготовка. Удар головой | **1** |  |
| **33** | Тактическая подготовка. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. | **1** |  |
| **34** | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств футболиста. | **1** |  |
| **35** | Техническая подготовка. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. | **1** |  |
| **36** | Техническая подготовка. Удар по летящему мячу средней частью подъема | **1** |  |
| **37** | Тактическая подготовка Командные действия. Тактика защиты. | **1** |  |
| **38** | Теоретическая подготовка Врачебный контроль, предупреждение травм и переутомления. Первая помощь при травмах. | **1** |  |
| **39** | ОФП. Бег. Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости. | **1** |  |
| **40** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **41** | Техническая подготовка. Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом. | **1** |  |
| **42** | Техническая подготовка. Обманные движения (финты). | **1** |  |
| **43** | Тактическая подготовка Перехват мяча. | **1** |  |
| **44** | Специальная физическая подготовка. Имитационные движения ногами на передачу, удар. | **1** |  |
| **45** | Техническая подготовка. Остановка мяча грудью. | **1** |  |
| **46** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **47** | Техническая подготовка. Совершенствование техники ведения мяча | **1** |  |
| **48** | Техническая подготовка. Передачи мяча в движении. | **1** |  |
| **49** | Тактическая подготовка Борьба за мяч. | **1** |  |
| **50** | Теоретическая подготовка. Организация и проведение соревнований. Роль и обязанности судейского аппарата. | **1** |  |
| **51** | ОФП. Подвижные игры, эстафеты. | **1** |  |
| **52** | Техническая подготовка. Удар по летящему мячу средней частью подъема. | **1** |  |
| **53** | Техническая подготовка. Обманные движения (финты). | **1** |  |
| **54** | Тактическая подготовка Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка). | **1** |  |
| **55** | ОФП. Полосы препятствий. | **1** |  |
| **56** | Техническая подготовка. Резаные удары. | **1** |  |
| **57** | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств футболиста | **1** |  |
| **58** | Техническая подготовка. Остановка опускающегося мяча подъемом. | **1** |  |
| **59** | Тактическая подготовка Командные действия: розыгрыши стандартных положений. | **1** |  |
| **60** | Техническая подготовка | **1** |  |
| **61** | Техническая подготовка. Совершенствование техники ведения мяча. | **1** |  |
| **62** | Теоретическая подготовка Психологическая подготовка футболиста. | **1** |  |
| **63** | Тактическая подготовка. . Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении. | **1** |  |
| **64** | ОФП. Подвижные игры, эстафеты | **1** |  |
| **65** | Техническая подготовка. Удар по летящему мячу средней частью подъема. | **1** |  |
| **66** | Техническая подготовка. Остановка опускающегося мяча подъемом. | **1** |  |
| **67** | Тактические действия. Взаимодействие нападающих при численном равенстве защитников. | **1** |  |
| **68** | Специальная физическая подготовка. Имитационные движения ногами на передачу, удар. | **1** |  |
| **69** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **70** | Техническая подготовка. Удар головой. | **1** |  |
| **71** | Техническая подготовка. Комбинации из освоенных элементов техники владения мячом | **1** |  |
| **72** | Тактическая подготовка Командные действия: прессинг. | **1** |  |
| **73** | ОФП. Бег. Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости. | **1** |  |
| **74** | Техническая подготовка. Совершенствование техники ведения мяча. | **1** |  |
| **75** | Тактическая подготовка Индивидуальные действия: финты с мячом. | **1** |  |
| **76** | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты движений футболиста | **1** |  |
| **77** | Техническая подготовка. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. | **1** |  |
| **78** | Техническая подготовка. Остановка опускающегося мяча подъемом. | **1** |  |
| **79** | Тактическая подготовка. Командные действия: розыгрыши стандартных положений. | **1** |  |
| **80** | Техническая подготовка. Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт остановкой. | **1** |  |
| **81** | Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития ловкости футболиста. | **1** |  |
| **82** | Техническая подготовка. Комбинации из освоенных элементов техники владения мячом | **1** |  |
| **83** | Техническая подготовка. Остановка мяча грудью. | **1** |  |
| **84** | Тактическая подготовка. Групповые действия: взаимодействие трех нападающих (треугольник). | **1** |  |
| **85** | ОФП. Подвижные игры, эстафеты. | **1** |  |
| **86** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **87** | Техническая подготовка. Передачи мяча в движении. | **1** |  |
| **88** | Техническая подготовка. Комбинации из освоенных элементов техники владения мячом | **1** |  |
| **89** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **90** | Тактическая подготовка Командные действия: прессинг. | **1** |  |
| **91** | Специальная физическая подготовка | **1** |  |
| **92** | Техническая подготовка. Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт ударом. | **1** |  |
| **93** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **94** | Тестирование уровня физической подготовленности, занимающихся. | **1** |  |
| **95** | Тактическая подготовка Быстрый прорыв. | **1** |  |
| **96** | ОФП. Полосы препятствий. | **1** |  |
| **97** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **98** | Техническая подготовка. Удар по летящему мячу средней частью подъема. | **1** |  |
| **99** | Техническая подготовка. Резаные удары. | **1** |  |
| **100** | Тактическая подготовка. Командные действия: розыгрыши стандартных положений. | **1** |  |
| **101** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |
| **102** | Двухсторонняя учебная игра | **1** |  |

**Содержание программы**

*Теоретическая подготовка.*

1. Развитие футбола в России и за рубежом. Описание игры: возникновение и развитие.

2. Гигиенические знания и меры безопасности на занятиях.

3. Врачебный контроль, предупреждение травм и переутомления. Первая помощь при травмах.

4. Организация и проведение соревнований.

Виды соревнований. Положение о соревнованиях. Составление таблиц.

Подготовка мест соревнований. Роль и обязанности судейского аппарата.

5. Психологическая подготовка футболиста.

*Физическая подготовка*.

1.Общая физическая подготовка.

1.1. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат).

1.2. Прыжки: в высоту, в длину, с места, с разбега. Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног.

1.3. Бег. Бег на дистанции 100, 400, 500 м. Бег с изменением направления и скорости.

1.4. Полосы препятствий.

1.5. Акробатические упражнения (кувырки вперед в сочетании с выпрыгиванием вверх, кувырки вперед с прыжком, стойка на руках).

1.6. Подвижные игры, эстафеты.

2. Специальная физическая подготовка.

2.1. Упражнения для развития быстроты движений футболиста

2.2. Упражнения для развития специальной выносливости футболиста

2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств футболиста

2.4. Упражнения для развития ловкости футболиста.

2.5. Имитационные движения ногами на передачу, удар.

*Техническая подготовка.*

|  |  |
| --- | --- |
| 1 | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. |
| 2 | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы |
| 3 | Ведение мяча |
| 4 | Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема |
| 5 | Удар носком |
| 6 | Удар серединой лба на месте |
| 7 | Вбрасывание мяча из-за боковой линии |
| 8 | Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника |
| 9 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом |
| 10 | Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы |
| 11 | Удар по летящему мячу средней частью подъема |
| 12 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника |
| 13 | Обманные движения (финты) |
| 14 | Остановка опускающегося мяча подъемом. |
| 15 | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. |
| 16 | Резаные удары |
| 17 | Удар боковой частью лба |
| 18 | Остановка мяча грудью |
| 19 | Совершенствование техники ведения мяча |
| 20 | Отбор мяча подкатом |
| 21 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом |
| 22 | Финт ударом |
| 23  24  25 | Финт остановкой  Передачи мяча  Передачи мяча в движении. |

*Тактическая подготовка*

Тактические действия в защите

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча.

2. Защитные действия при опеке игрока с мячом.

3. Перехват мяча.

4. Борьба за мяч.

5. Командные действия. Тактика защиты.

6. Групповые действия: взаимодействие двух защитников при численном равенстве нападающих (подстраховка).

7. Командные действия: прессинг.

Тактические действия в нападении.

7. Индивидуальные действия: финты с мячом.

8. Групповые действия: взаимодействие трех нападающих (треугольник),

9. Взаимодействие нападающих при численном равенстве защитников.

10. Индивидуальные действия: выбор места для овладения мячом при передачах и ведении.

11. Быстрый прорыв.

12. Командные действия: розыгрыши стандартных положений.

*Тестирование*

Тестирование уровня технической подготовленности проводится по контрольным упражнениям

Тестирование уровня физической подготовленности занимающихся.

**Методы и формы обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных.

Теория изучается в процессе учебно-тренировочных занятий, также проводятся отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

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

**Словесные методы**: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели использую: объяснение, рассказ замечание, команды, указания.

**Наглядные методы**: применяю в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

**Практические методы**:

1. Метод упражнений;
2. Игровой;
3. Соревновательный;
4. Круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

* В целом;
* По частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся сформировались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая.

**Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема занятия | Методическое обеспечение | | | | |
|  |  | Форма занятия | Методы/  Приемы | ТСО наглядность | Форма контроля | |
|  |  |  |  |  | текущий | итоговый |
| 1 | Вводное занятие | Коллективная | Словесные (беседа, инструктаж, игра) | Инструкция по технике безопасности | Опрос | - |
| 2 | Теория | Коллективная | Словесные (беседа, игра) | Плакаты | Анализ в ходе беседы | - |
| 3 | Правила игры и соревнования | Коллективная | Рассказ | Плакаты | Опрос | Собеседование |
| 4 | Оборудование и инвентарь | Коллективная | Беседа | Наглядный материал | - | Обсуждение |
| 5 | Техника безопасности | Коллективная | Беседа | - | - | - |
| 6 | ОФП | Коллективная | Рассказ, показ | Наглядный материал | Контроль | - |
| 7 | Техническая подготовка | Групповая | Рассказ, показ, демонстрация | Наглядный материал | Контроль | Обсуждение |
| 8 | Тактическая подготовка | Групповая | Рассказ | Наглядный материал | Контроль | Обсуждение |

**Материально-техническое обеспечение занятий**

Для проведения занятий в школе есть спортивный зал, а также следующее оборудование и инвентарь:

* Ворота футбольные- 2шт.
* Гимнастическая стенка- 1 шт.
* Гимнастические скамейки-4шт.
* Скакалки- 10 шт.
* Мячи набивные (масса 1кг) - 3шт.
* Мячи футбольные – 5 шт.
* Конусы – 1шт.

В реализации данной программы задействован только один педагог дополнительного образования: Бурыкина И.Д.

**Список литературы**

Основная литература:

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

1. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического

воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М., 2011

1. Лапшин О.Б. – Теория и методика подготовки юных футболистов. М., 2010
2. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Пособие для учителей и

методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол». М.: Просвещение,

2011 г.