

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 70»  
426054, г. Ижевск, ул. Школьная, д.54, 593449

ПРИНЯТО  
Протокол педагогического совета  
№\_1  
от «29\_» \_\_августа\_\_\_\_\_ 2024\_ г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ №70»  
\_\_\_\_\_  
Е.А. Филимонцева  
«30»\_августа\_\_\_\_\_ 2024\_\_ г.  
Приказ №140

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### *«Культура футбола»*

Возраст обучающихся: 10-11 лет

Год обучения: 4 год

Группы: 1

Составитель: Кузнецов А.В.,  
педагог дополнительного образования

Ижевск, 2024 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Культура футбола» (далее – Программа) составлена в соответствии с нормативными требованиями в системе дополнительного образования, на основе имеющихся дополнительных общеразвивающих программ в данном виде деятельности и опыта педагога.

**Направленность программы** – спортивная

**Уровень усвоения** – базовый(общекультурный).

**Актуальность программы.**

Спортивная тренировка сама по себе должны приводить к успешному решению заданий по развитию моторических способностей, игра же дает возможность детям принимать решения. Программа спланирована таким способом, чтобы приспособить работу к особенностям каждого ребёнка. У каждого ребенка существуют определенные способности и потенциал. Конечно, способности и потенциал детей не могут быть одинаковыми и поэтому содержание тренировок, педагогический подход и полная программа должны быть приспособленные к каждому ребенку из них. Успех каждого мальчика оценивается не только через результат и эффективность в игре, но и через прогресс в обучении. Кроме развития общих двигательных навыков и усваивания основных футбольных аспектов наши тренировки направлены также на уважение партнеров и противников, понимание значения коллективной деятельности, уважение авторитетов тренера и судьи, уважение правил поведения и игры. Наша программа направлена на подготовку мальчика к атакующему футболу. Она создана с целью обучения ребят контролю игры и сохранению мяча, для чего необходимо развивать разнообразную технику. Атака – это основное направление развития футбола. В связи с этим особое внимание в программе уделяется игре в пас, точности передач. Наша цель – зрелищный футбол, в котором удовольствие получает как сам игрок, как и зритель.

**Отличительные особенности программы.**

В программе детальное внимание уделяется цели и смыслу работы с детьми, выбору упражнений. Программой предусмотрено постепенное развитие физических, технических, тактических, психологических способностей. Она отражает улучшение, усовершенствование и контроль этого прогресса через измерения и проверки всех аспектов тренировки и всех аспектов успеха в игре.. Она включает в себя деятельность в области спортивного футбольного образования, приобретения навыков, моральных и социальных знаний общественного поведения и поведения каждого ребенка, родителя и тренера, задействованного в программе. Программа «Культура футбола» – привлекательная, забавная, интересная, необыкновенная. Она призвана создавать атмосферу, в которой ребята будут получать удовольствие, радость и воспринимать тренировку, как естественную и интересную деятельность.

В учебном году предполагается реализация учебного плана в полном объеме без изменений – 72 учебных часа. Занятия проходят 1 раза в неделю по 2 часа с десятиминутным перерывом.

Специфика и особенности формирования учебной группы (учебных групп). Программа ориентирована на обучающихся в возрасте 10-11 лет. Наполняемость группы не менее 12 человек. Сформировано 1 учебная группа.

### **Формы обучения.**

- форма организации обучения – очная.
- формы (виды) учебной деятельности обучаемых: занятия проходят в групповой форме. Занятия предполагают проведение бесед, во время которых излагаются теоретические сведения. Также каждое занятие предполагает практические упражнения, направленные на развитие спортивных навыков игры в футбол.
- формы организации текущей работы обучаемых групп - индивидуальные, групповые, фронтальные, коллективные.  
**Режим занятий:** 1 раза в неделю по 2 часа.

### **Цель программы.**

Овладение навыками игры в футбол, формирование культуры поведения, творческих способностей и креативности.

### **Задачи:**

#### **Личностные**

- формировать культуру общения и поведения в социуме,
- формировать навыки здорового образа жизни.

#### **Метапредметные:**

- развить мотивацию к занятиям спортом,
- формировать потребность в саморазвитии.

#### **Предметные:**

- сформировать познавательный интерес к игровым видам спорта;
- развивать общие двигательные навыки;
- формировать навыки уважительного отношения к партнерам и противникам, к авторитету тренера и судьи, правилам поведения и игры.

### **Планируемые результаты**

По итогам освоения программы у обучающихся будут сформированы следующие результаты»

#### **Личностные:**

- навыки культуры поведения в микросоциуме;
- осознание значимости культуры здорового образа жизни

#### **Метапредметные:**

- осмысление целей занятий спортом
- развитие мотивации к занятиям спортом,

#### **Образовательные (предметные)**

- расширение кругозора в области спортивных командных игр;
- развитие двигательных навыков
- развитие техники игры в футбол.

### **Формы контроля:**

Текущий: наблюдение.

Промежуточный: контрольные нормативы.

Итоговый: контрольные нормативы, соревнования.

## Учебный план

### 4 год обучения

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	1	1	
2.	Вводное занятие	1		1
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Развитие специальной физической подготовленности</b>	<b>30</b>	<b>12</b>	<b>18</b>
3.	Специальные упражнения и технические приемы	1	-	1
4.	Специальные упражнения и технические приемы	1		1
5.	Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол. Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью	1	1	
6.	Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол. Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью	1		1
7.	Челночный бег 3-10, 4-5. Рывки и ускорения с мячом	1	1	
8.	Челночный бег 3-10, 4-5. Рывки и ускорения с мячом	1		1
9.	Прыжки и бег с отягощениями	1	1	
10.	Прыжки и бег с отягощениями	1		1
11.	Полоса препятствий с мячом.	1	1	
12.	Полоса препятствий с мячом.	1		1
13.	Игровые упражнения с повышенной интенсивностью	1	-	1
14.	Игровые упражнения с повышенной интенсивностью	1		1
15.	Особенность специальных упражнений для полевых игроков и вратаря	1	1	
16.	Особенность специальных упражнений для полевых игроков и вратаря	1		1
17.	Обводка игроков, переброс мяча	1	1	
18.	Обводка игроков, переброс мяча	1		1
19.	Жонглирование бедром и головой	1	1	
20.	Жонглирование бедром и	1		1

	головой			
21.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	1	
22.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1		1
23.	Ведение и остановка мяча различными способами	1	1	
24.	Ведение и остановка мяча различными способами	1		1
25.	Дальние и ближние передачи по диагонали и вдоль поля	1	1	
26.	Дальние и ближние передачи по диагонали и вдоль поля	1		1
27.	Ближние и дальние передачи в парах, тройках	1	-	1
28.	Ближние и дальние передачи в парах, тройках	1		1
29.	Удары по воротам различными способами	1	1	
30.	Удары по воротам различными способами	1		1
31.	Итоговое занятие. Тесты	1	1	
32.	Итоговое занятие. Соревнование	1		1
	<b>ИТОГО за 1 полугодие</b>	<b>32</b>	<b>16</b>	<b>16</b>
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Учебно-тренировочная игра с заданием</b>	<b>40</b>	<b>15</b>	<b>25</b>
33.	Тактические действия игры в защите и нападении	1	1	
34.	Тактические действия игры в защите и нападении	1		1
35.	Взаимодействие игроков в защите. Действие защитников при подаче угловых, штрафных ударов	1	1	
36.	Взаимодействие игроков в защите. Действие защитников при подаче угловых, штрафных ударов	1		1
37.	Взаимодействие игроков в защите. Действие защитников при подаче угловых, штрафных ударов	1	1	
38.	Взаимодействие игроков в защите. Действие защитников при подаче угловых, штрафных ударов	1		1
39.	Взаимодействие игроков при игре в 3, 4 защитника. Действие нападающих при	1	1	

	подаче угловых, навесов, прострелов, штрафных ударов			
40.	Взаимодействие игроков при игре в 3, 4 защитника. Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов, штрафных ударов	1		1
41.	Взаимодействие игроков при игре в 3, 4 защитника. Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов, штрафных ударов	1	1	
42.	Взаимодействие игроков при игре в 3, 4 защитника. Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов, штрафных ударов	1		1
43.	Взаимодействие игроков при игре в одного нападающего, в два нападающих	1	1	
44.	Взаимодействие игроков при игре в одного нападающего, в два нападающих	1		1
45.	Взаимодействие игроков при игре в одного нападающего, в два нападающих	1	1	
46.	Взаимодействие игроков при игре в одного нападающего, в два нападающих	1		1
47.	Игра в два касания	1	1	
48.	Игра в два касания	1		1
49.	Игра только слабой ногой	1	1	
50.	Игра только слабой ногой	1		1
51.	Забивание мяча с расстояния не менее 10 метров	1	1	
52.	Забивание мяча с расстояния не менее 10 метров	1		1
53.	Игра ногами и руками	1	1	
54.	Игра ногами и руками	1		1
55.	Игра руками, а мяч забивается головой	1	1	
56.	Игра руками, а мяч забивается головой	1		1
57.	Мяч забивается только с передачи партнёра	1	1	
58.	Мяч забивается только с передачи партнёра	1		1
59.	Тактическая подготовка.	1	1	
60.	Тактическая подготовка.	1		
61.	Двусторонняя игра	1	-	1
62.	Двусторонняя игра	1		1

63.	Двусторонняя игра	1		1
64.	Двусторонняя игра	1		1
65.	Применение технических и тактических действий и их совершенствование	1	-	1
66.	Применение технических и тактических действий и их совершенствование	1		1
67.	Применение технических и тактических действий и их совершенствование	1		1
68.	Применение технических и тактических действий и их совершенствование	1		1
69.	Итоговое занятие. Итоговая аттестация.	1	1	
70.	Итоговое занятие. Итоговая аттестация.	1		1
71.	Футбольный праздник	1	-	1
72.	Футбольный праздник	1		1
	<b>ИТОГО за 2 полугодие</b>	<b>40</b>	<b>15</b>	<b>25</b>
	<b>Итого за год</b>	<b>72</b>	<b>31</b>	<b>41</b>