

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназии № 205  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ Гимназии № 205  
\_\_\_\_\_ Л.П.Гусева  
Протокол педагогического совет  
№ \_\_\_\_\_ от

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ  
**СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ. ФУТБОЛ.**

Для детей 7-13 лет

Срок реализации программы 3 года.

**Педагог: Смирнов  
Михаил Викторович**

Санкт-Петербург  
2012г.

## **Пояснительная записка.**

С давних пор игра составляет одну из основных сфер жизни человека. Она дает ребенку возможность познавать мир, воспитывает, делает процесс обучения более интересным. Педагоги всех времен уверены, что игра-самый увлекательный способ обучения, формирование детской души, развитие физических сил и возможностей. Футбол воспитывает такие физические качества, как быстроту, ловкость, выносливость, силу, гибкость. Вместе с тем известно, что футбол наряду с перечисленными способностями развивает так называемую внутреннюю речь и логику. Ведь игроку приходится выбирать и совершать из множества возможных операций одну, наиболее по его усмотрению, целесообразную.

Программа позволяет решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре. Данная программа соответствует физкультурно-спортивной направленности.

### **Цели и задачи образовательной программы.**

Основная цель обучения: укрепить здоровье занимающихся, совершенствовать основные двигательные навыки занимающихся (бег, ходьба, прыжки), добиться овладения занимающимися техникой и тактики игры в футбол.

Программа последовательно решает основные задачи:

- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- воспитание у занимающихся высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным делом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;
- приобретение знаний в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту.

Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на занятиях задач не только по формированию двигательных навыков и развитию определенных физических качеств, но и по воспитанию интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности занимающихся и организацию условий для их решения.

Образовательные задачи курса:

- обучить ведению и остановки мяча;
- обучить различным видам ударов;
- обучить правилам игры.

Развивающие задачи курса:

- развивать координацию движения;
- развивать ловкость, гибкость, быстроту, скорость реакции;
- развивать внимание, мышление, эмоциональную устойчивость.

Воспитательные задачи курса:

- воспитывать умение соблюдать нормы поведения, быть вежливым по отношению к соперникам, судьям и зрителям.

#### **Условия реализации образовательной программы.**

Данная программа предназначена для детей с первого по шестой класс и рассчитана на три года обучения.

Система набора.

На данные занятия принимаются все желающие учащиеся гимназии № 205 с первого по шестой класс, имеющие медицинское разрешение заниматься футболом. Наиболее целесообразным представляется выбор еженедельного режима работы со следующей частотой и продолжительностью занятий: 2 раза в неделю по 1 часу (2ч/нед.).

#### **Описание форм и методов проведения занятий.**

- объяснение и личный пример;
- самостоятельная работа занимающихся;
- индивидуальная работа;
- соревнования.

**Учебно-тематический план.  
( 2ч/нед. )**

№№ п/п	Тема	Всего часов	Теоретические занятия (ч)	Практические занятия (ч)
<b>I.Удары по мячу.</b>				
1	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов.	5	1	4
2	Удар по катящемуся мячу навстречу.	4	1	3
3	Удар после ведения мяча.	4	1	3
4	Удар ногой с разбега по неподвижному мячу.	4	1	3
5	Удар ногой с разбега по катящемуся мячу.	4	1	3
<b>II.Остановка мяча.</b>				
6	Остановка катящегося мяча подошвой.	5	1	4
7	Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы.	4	1	3
<b>III.Ведение и обводка.</b>				
8	Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой.	5	1	4
9	Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по дуге.	3	1	2
10	Ведение мяча с остановками по сигналу.	3	1	2
11	Ведение мяча между стойками.	4	1	3
12	Ведение мяча с обводкой стоек.	4	1	3
<b>IV.Отбор мяча.</b>				
13	Выбивание и отбор мяча.	3	1	2
<b>V.Выполнение комбинации из освоенных элементов.</b>				
14	Ведение,пас,прием мяча, остановка,удар по воротам.	3	1	2
<b>VI.Подвижные игры.</b>				
15	«Точная передача»,«Гонки с мячом»,«Метко в цель»,«Слалом с мячом» и др.	4	1	3
<b>VII.Правила игры.</b>				
16	Правила игры «мини-футбол»	1	1	-
<b>VIII.Игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол» )</b>				
17	Тренировочные игры.	8	-	8
18	Соревнования.	4	-	4
	Всего	72	16	56

## **Содержание программы.**

### **Раздел I. Удары по мячу (21ч (2ч/нед.)).**

#### **Тема №1. Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов (5ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: объяснение техники выполнения удара и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал: демонстрация учителем излагаемого материала, разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

#### **Тема №2. Удар по катящемуся мячу навстречу (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: объяснение техники выполнения удара и в каких случаях применяется во время игры, работа в парах.
- Практический материал: демонстрация учителем излагаемого материала, разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

#### **Тема №3. Удар после ведения мяча (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: объяснение техники выполнения удара и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал: демонстрация учителем излагаемого материала, разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

#### **Тема №4. Удар ногой с разбега по неподвижному мячу (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: объяснение техники выполнения удара и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал: демонстрация учителем излагаемого материала, разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

## **Тема №5. Удар ногой с разбега по катящемуся мячу (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения удара и в каких случаях применяется во время игры, работа в парах.
- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

## **Раздел II. Остановка мяча (9ч (2ч/нед.)).**

### **Тема №6. Остановка катящегося мяча подошвой (5ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения остановки и в каких случаях применяется во время игры,работа в парах.
- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

### **Тема №7. Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения остановки и в каких случаях применяется во время игры,работа в парах.
- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

## **Раздел III. Ведение и обводка (19ч (2ч/нед.)).**

### **Тема №8. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой (5ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения ведения и в каких случаях применяется во время игры.

- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

### **Тема №9. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по дуге (3ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения ведения и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

### **Тема №10. Ведение мяча с остановками по сигналу (3ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения ведения и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

### **Тема №11. Ведение мяча между стойками (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения ведения и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

### **Тема №12. Ведение мяча с обводкой стоек (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения ведения и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал:демонстрация учителем излагаемого материала,разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

7

## **Раздел IV. Отбор мяча (3ч (2ч/нед.)).**

### **Тема №13. Выбивание и отбор мяча (3ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал:объяснение техники выполнения выбивания,отбора и в каких случаях применяется

во время игры, работа в парах.

- Практический материал: демонстрация учителем излагаемого материала, разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

### **Раздел V. Выполнение комбинации из освоенных элементов (3ч (2ч/нед.)).**

#### **Тема №14. Ведение, пас, прием мяча, остановка, удар по воротам (3ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: объяснение техники выполнения комбинации и в каких случаях применяется во время игры.
- Практический материал: демонстрация учителем излагаемого материала, разучивание и закрепление техники выполнения данного упражнения учащимися.

### **Раздел VI. Подвижные игры (4ч (2ч/нед.)).**

#### **Тема №15. Игры с элементами футбола (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: объяснение правил игр.
- Практический материал: разучивание и проведение игр с элементами футбола.

### **Раздел VII. Правила игры (1ч (2ч/нед.)).**

#### **Тема №16. Правила игры "Мини-футбол" (1ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: объяснение правил игры, демонстрация видео-материала матчей по мини-футболу.
- Практический материал: -

8

### **Раздел VIII. Игра в футбол по упрощенным правилам (12ч (2ч/нед.)).**

#### **Тема №17. Тренировочные игры (8ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: -
- Практический материал: разучивание и закрепление техники и тактики в тренировочных играх.



## **Тема №18. Соревнования (4ч).**

Содержание темы:

- Теоретический материал: -
- Практический материал: участие в школьных и районных соревнованиях по "Мини-футболу".

### **Ожидаемые результаты.**

Обучение игре в футбол по данной программе предусматривает овладение учащимися достаточно компетентного, хотя и любительского уровня владения данным умением. Как уже было отмечено выше, основной задачей курса является не подготовка профессиональных спортсменов по данному виду спорта, а предоставление учащимся дополнительной возможности для самореализации, всестороннего развития и полноценной организации своего досуга, посредством обучения игре в футбол.

Таким образом, по окончании данного курса ожидается получить следующие результаты обучения:

**Знания:**

- Овладение учащимися техникой и тактикой игры в футбол, достаточными для использования их, как средства полноценной организации личного досуга.

**Умения:**

- Приобретение новичками первоначального опыта игры в футбол, позволяющего самостоятельно осуществлять данный процесс вне рамок учебного курса в повседневной жизни.

9

**Навыки:**

- Формирование у ребят увлеченности, устойчивого интереса и, вполне вероятно, любви к футболу, способных выступать в роли базиса их дальнейшего развития и самосовершенствования.

Кроме того, посредством реализации данной программы возможно выявление интереса и особых способностей к игре в футбол у отдельной группы обучающихся, с дальнейшей попыткой приобщения их к профессиональному футболу. Причем методы осуществления диагностики успешности овладения обучающимися содержания программы будут вытекать непосредственно из критериев оценки качества знаний.

## **Критерии и формы оценки качества знаний.**

Внеурочная форма организации и проведение данного курса позволяет использовать довольно «мягкие» критерии и разнообразные формы оценки качества знаний.

Исходя из целей и задач данного курса, а также комплекса ожидаемых результатов, в качестве основного критерия оценки качества знаний и умений обучающихся по данному курсу, наиболее целесообразным представляется считать показатель сформированности у ребят умения самостоятельно применять изученные технические приемы во время игры.

Так, достигшими высокого уровня успешности, можно считать ребят, способных по окончании данного курса свободно владеть техникой и тактикой игры в рамках разработанной программы.

Средний уровень подготовки обучающихся будет характеризоваться способностью ребенка владеть техническими приемами и отсутствием, при этом, сколь угодно осознанной тактической составляющей.

И, наконец, не освоившими программу данного курса будут считаться ребята, не способные по окончании обучения выступить в роли полноценного участника игры.

Методика обучения результативности в данном случае будет заключаться в непосредственном наблюдении руководителя объединения за качественными изменениями в способности обучающихся осознанно воспринимать учебный материал, выполнять задания контрольных упражнений, проводить учебные игры.

Таким образом, для проверки качества знаний учащихся в процессе обучения предполагается использование следующих методов контроля:

### **Раздел I. Удары по мячу:**

- контрольные упражнения по темам (техника выполнения);
- опрос обучающихся по данным темам;
- учебно-тренировочные игры.

### **Раздел II. Остановка мяча:**

- контрольные упражнения по темам (техника выполнения);
- опрос обучающихся по данным темам;
- учебно-тренировочные игры.

### **Раздел III. Ведение и обводка:**

- контрольные упражнения по темам (техника выполнения);
- опрос обучающихся по данным темам;
- учебно-тренировочные игры.

### **Раздел IV. Отбор мяча:**

- контрольные упражнения по теме (техника выполнения);
- опрос обучающихся по данной теме;

- учебно-тренировочные игры.

Раздел V. Выполнение комбинаций из освоенных элементов:

- контрольные упражнения по теме (техника выполнения);

- опрос обучающихся по данной теме;

- учебно-тренировочные игры.

Раздел VI. Подвижные игры:

- опрос обучающихся по правилам подвижных игр;

- подвижные игры.

Раздел VII. Правила игры:

- опрос обучающихся по правилам игры «мини-футбол».

Раздел VIII. Игра в футбол по упрощенным правилам:

- опрос обучающихся по технике и тактике игры;

- учебно-тренировочные игры;

- соревнования.

Наиболее целесообразной формой организации итоговой проверки качества знаний и умений обучающихся по данной программе представляется проведение футбольного турнира внутри как самого объединения, так и с возможным выходом на межгрупповой, школьный, районный и другие уровни.

Форма оценки полученных результатов качества знаний обучающихся может быть произвольной. Так, например, контрольные упражнения могут оцениваться по вариативной бальной системе. А последующее суммирование набранных каждым из обучающихся очков, придаст процессу обучения соревновательный характер. Кроме того, по окончании курса наряду с награждением победителей соревнований, всем участникам могут быть вручены памятные знаки, грамоты.

### **Материальное обеспечение образовательной программы.**

Процесс обучения игре в футбол подразумевает тесную связь теоретических и практических занятий. Уже само изложение материала данного курса требует непосредственного использования специализированной материальной и методической базы.

Для полноценной реализации программы необходимо:

1. Теоретические занятия:

- игровая доска и комплект фигур – 1 комплект;

- телевизор и видеомagnитофон для просмотра видеоматериала-1 шт.

2. Практические занятия:

- футбольные мячи – 1 мяч на каждого обучающегося.

Кроме того, для проведения занятий понадобится спортивный зал с последующим обеспечением:

- футбольные ворота – 2 шт.
- стойки - 15 шт.

### **Методическое обеспечение образовательной программы.**

Организация занятий по данной программе предполагает:

- подбор теоретического материала, раскрывающего данную тему;
- составление комплекса упражнений направленных как на отработку нового, так и на повторение рассмотренного ранее материала.

В помощь учителю при данной подготовке могут быть использованы различные учебники, пособия, соответствующие уровню и тематике проводимого занятия.

12

Основную часть учебного процесса составляют занятия практического содержания, позволяющие осуществить комплексное использование всех полученных ранее знаний. Другая часть-это занятия направленные на ознакомление и отработку нового материала.

Обеспечение методическими видами продукции предполагает:

- разработка содержания и методики изложения учебного материала для проведения теоретических занятий;
- составление комплекса упражнений для иллюстрации излагаемого теоретического материала, коллективной и индивидуальной работы на практических занятиях;
- разработка положения о проведении мини-турнира по футболу среди обучающихся.

## **Список литературы.**

1. Андреев С.Н.,Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе.  
Советский спорт;2006г.
2. Железняк Ю.Д.,Портнов Ю.М. Спортивные игры.  
Академия;2004г.
3. Перепекин В.А. Восстановление работоспособности  
футболистов.Олимп:Олимпия Пресс;2005г.
4. Мелентьев В.П. Футбольные финты,уловки,трюки.  
Издатель Мелентьев;2005г.