



**Государственное бюджетное общеобразовательное  
учреждение школа № 380 Красносельского района  
Санкт-Петербурга имени А.И. Спирина  
(ГБОУ школа № 380 Санкт-Петербурга)**

**ПРИНЯТА**  
Педагогическим советом  
протокол от 30.08.2024 № 1

**УТВЕРЖДЕНА**  
Приказом директора  
от 30.08.2024 № 151-од

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ФУТБОЛ «ОЛИМПИЕЦ  
(ГРУППА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ)»**

Срок освоения: 1 год  
Возраст обучающихся: 11-14 лет

Разработчик программы:  
Беляков Александр Игорьевич  
педагог дополнительного  
образования

## Пояснительная записка

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

**Адресат образовательной программы** – это мальчики среднего возраста (11-14) лет, хорошо координированные и имеющие склонность к занятиям спортивными играми. Игра в футбол сопровождается эмоциональным напряжением, повышает активизацию деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Регулярные тренировки, предусмотренные программой, помогут ребенку укрепить свое здоровье, научит работать в команде и в то же время разовьет лидерские качества.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе, поэтому одной из важнейших задач, стоящих перед учителем физической культуры, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных объединениях спортивно-оздоровительного направления для повышения уровня физической подготовленности.

**Отличительные особенности** программы «Футбол «Олимпиец»» (группа совершенствования) создана на основе использования современных представлений о жизни человека, как системе, в которой знания играют доминирующую роль. Программа «Футбол «Олимпиец»» (группа совершенствования) разработана с использованием положений и методов теории систем, теории менеджмента и с использованием элементов теории информационных технологий.

Программа «Футбол «Олимпиец»» (группа совершенствования) способствует:

- ✓ Интеграции в единые целые знания, приобретаемых в школе путем углубленного понимания важности ценностей современного общества (здоровье, интеллект, образование)
- ✓ Приобретению знаний о футболе как о сфере деятельности человека
- ✓ Формированию двигательных и игровых навыков в конкретном виде спортивной игры (базовые приемы взаимодействия с мячом, индивидуальные и групповые технико-тактические действия)
- ✓ Приобретению знаний законов футбола на русском и английском языках
- ✓ Приобретению знаний основных футбольных терминов на русском и английском языках.

### **Образовательные:**

- ✓ формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- ✓ освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- ✓ обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- ✓ овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- ✓ освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- ✓ овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- ✓ освоение техники ведения мяча;
- ✓ освоение техники ударов по воротам;

- ✓ закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- ✓ освоение тактики игры.

**Развивающие:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

**Воспитательные:**

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

**Уровень освоения программы:** общекультурный.

**Объем и срок реализации программы:**

Срок реализации программы 1 год.

1 год обучения 72 часа, 2 раза в неделю 1 час;

Программа предусматривает возможность использования элементов дистанционного обучения занятия групповые, 2 занятия в неделю 1 час.

**Цель:** создание условий для совершенствования физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий футболом.

**Задачи:**

**Обучающие**

**Обучающие:**

- обучить жизненно важным двигательным навыкам и умениям;
- обучить основам техники и тактики игры в футбол;
- изучить комплекс общефизических упражнений;
- ознакомить с правилами самоконтроля здоровья на занятиях и дома

**Развивающие**

- развить координацию движений и основные физические качества;
- сформировать убеждение в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- укреплять здоровье детей;
- способствовать повышению работоспособности обучающихся;
- развивать двигательные способности;

**Воспитательные**

- воспитать потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, стремление к физическому совершенствованию;
- воспитать в детях трудолюбие, целеустремленность и настойчивость в достижении цели, выдержку и дисциплинированность;
- сформировать уважение к сопернику, честность в спортивной борьбе, стремление к совершенствованию;
- прививать жизненно-важные гигиенические навыки.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы:**

Обучающиеся, занимающиеся в секции дополнительного образования, должны иметь приросты показателей физической подготовленности после окончания учебного года и показывать результаты не ниже среднего уровня их развития. Основным показателем секционной работы дополнительного образования по футболу - выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

**Планируемые результаты** освоения обучающихся программы:

**Личностные:** индивидуальный прогресс в личностном развитии. Знать:

- историю возникновения футбола;
- технику безопасности поведения на занятиях по футболу;
- правила игры в футбол;
- термины и их определения;
- правила личной гигиены;
- комплекс общефизических упражнений;
- роль вратаря, капитана, защиты и нападения на площадке.

**Организационно-педагогические условия реализации программы:**

**Условия набора и формирования групп обучающихся:** В секцию зачисляются дети с 11 до 14 лет, которые желают заниматься по данной программе и имеют заявление от родителей. Кроме этого необходимо справки о состоянии здоровья с заключением о возможности заниматься в группах по данному профилю. Наполняемость 1 группы: 15 человек.

**Формы организации деятельности обучающихся на занятии:** аудиторные, внеаудиторные, дистанционные.

**Материально-техническое оснащение:**

Для занятий по программе требуется:

- спортивный школьный зал;
- спортивный инвентарь:
- футбольные мячи на каждого обучающегося;
- набивные мячи - на каждого обучающегося;
- стойки — ограничители;
- скакалки для прыжков на каждого обучающегося;
- ворота футбольные;
- секундомер;

- свисток;
- спортивные снаряды;
- перекладины для подтягивания в висе — 5-7 штук;
- гимнастическая стенка — 12 пролетов.

Обеспечение программы методической продукцией

I. Дидактические материалы:

- » Правила игры в футбол;
- » Правила судейства в футболе;
- » Регламент проведения футбольных турниров различных уровней;
- » Положение о соревнованиях по футболу.

II. Методические рекомендации:

- \* Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры;
- \* Рекомендации по организации подвижных игр с футбольным мячом.

**Кадровое обеспечение:** Педагоги, работающие по данной программе, должны соответствовать квалификационным характеристикам должности «Педагог дополнительного образования».

**Учебный план**  
«Футбол «Олимпиец (группа совершенствования)»

№ п/п	Название раздела/модуля, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Теория.	1	1	0	Опрос.
2.	Общая физическая подготовка.	22	2	20	Тестирование.
3.	Техническая подготовка.	15	2	13	Демонстрация упражнений.
4.	Учебно-тренировочные игры.	17	2	32	Игры. Разбор.
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>7</b>	<b>65</b>	

## Оценочные и методические материалы

### Методические материалы

В процессе освоения дополнительной образовательной дисциплины предполагается использование различных видов занятий:

*преимущественно направленные на теоретическую подготовку*

- Беседа
  - Объяснение
  - Самостоятельная работа по освоению теории
- преимущественно направленные на практическую подготовку*

- Игры
  - Практический показ
  - тренировки
- преимущественно направленные на контроль*

- игра
- Импровизация
- турнир

### Критерии оценивания показателей результативности освоения учащимися программы

В течение учебного года осуществляется комплексная диагностика знаний, умений и навыков, полученных учащимися; контроль осуществляется на конец первого полугодия и конец учебного года.

№ п/п	Параметры оценки уровня освоения программы	Характеристика уровня освоения программы	Оценка уровня освоения программы (в баллах)					Характеристика качества уровня освоения программы
			Очень слабо	Слабо	Удовлетворительно	Хорошо	Очень хорошо	
1	Опыт освоения теоретической информации (объем, прочность, глубина)	Информация не освоена	1	2	3	4	5	Информация освоена полностью в соответствии с задачами программы
2	Опыт практической деятельности (степень освоения способов деятельности, умения и навыки)	Способы деятельности не освоены	1	2	3	4	5	Способы деятельности освоены полностью в соответствии с задачами программы
3	Опыт эмоционально-ценностных отношений (выход и формирование личностных качеств учащегося)	Отсутствует позитивный опыт эмоционально-ценностных отношений (проявление элементов агрессии, негативных реакций, ингибирование, адекватное поведение)	1	2	3	4	5	Приобретен позитивный, разнообразный, адекватный в содержании программы опыт эмоционально-ценностных отношений, способствующий развитию личностных качеств учащегося
4	Опыт творчества	Отсутствуют элементы репродуктивной, имитационной деятельности	1	2	3	4	5	Приобретен опыт самостоятельной творческой деятельности (оригинальность, индивидуальность, качественная завершенность результатов)
5	Опыт общения	Общине отсутствовал (ребенок закрыт для общения)	1	2	3	4	5	Приобретен опыт взаимодействия и сотрудничества в условиях педагогической и социальной ситуации. Доминируют глубокое субъективное отношение
6	Оценки ребенка актуальных достижений, Формированный успех и вера ребенка в свои силы (позитивная «Я-оценка»)»	Ребенок отсутствует	1	2	3	4	5	Актуальные достижения ребенка позитивны и сформированы
7	Мотивация и желание переключиться	Мотивация и желание переключиться отсутствуют	1	2	3	4	5	Стремление ребенка к дальнейшему совершенствованию в данной области (у ребенка активированы положительные интересы и потребности)
Итоговый балл:								

Баллы выставляются каждому учащемуся по **пятибалльной** шкале по каждому критерию и заносятся в таблицу: «Карта оценивания результативности освоения учащимися программы объединения «Футбол»

Все баллы суммируются и вычисляется среднеарифметический балл, который заносится в графу «Средний балл».

Уровень освоения программы выставляется по следующей шкале:

от 7 до 20 баллов – уровень низкий

от 21 до 28 баллов – уровень средний

от 29 до 35 баллов – уровень высокий

### Карта оценивания результативности освоения обучающимися программы объединения «Волейбол»

№ пп	ФИО учащегося	Итог освоения разделов программы в баллах							Средний балл
		Опыт освоения теоретической информации	Опыт практической деятельности	Опыт эмоционально-ценностных отношений	Опыт творчества	Опыт общения	Осознание ребенка актуальных достижений	Мотивация и осознание перспектив	
1									

Формы контроля и сроки проведения	Варианты контрольно-измерительных материалов	Формы фиксации результатов реализации программы
Опрос		
Тестовое задание	Грамоты	Контрольные игры
Контрольные упражнения	Дипломы	Контрольные зачеты
Контрольная игра в волейбол	Протоколы соревнований	Открытые занятия
Контрольные зачеты	Видеосъемка	Соревнования
Календарные игры	Фотографии	Контрольные упражнения

### Методическое обеспечение программы

№ п/п	Тема	Форма занятий	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактическая, материально-техническая основа занятий	Форма подведения итогов
1.	<b>Вводное занятие</b>	Лекция.	Объяснительно – иллюстративный.	Инструкции.	Опрос.
2.	<b>Теоретические занятия по разделу «Футбол»</b>	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Объяснительно – иллюстративный, просмотр аудио и видео мат. Наблюдение за соревнованиями.	Дидактические материалы.	Опрос, тестирование.
3.	<b>Общеспортивная подготовка</b>	Беседа, учебно-тренировочное занятие, комбинированное занятие.	Объяснительно – иллюстративный. Демонстративный. Групповой, поточный, игровой, дифференцированный метод.	Дидактические материалы, спортивные тренажеры, инвентарь.	Контрольные тесты и упражнения. Сдача нормативов.
4.	<b>Специальная физическая подготовка</b>	Беседа, учебно-тренировочное занятие, комбинированное занятие.	Объяснительно – иллюстративный. Демонстративный. Фронтальный, круговой, дифференцированный, игровой методы.	Дидактические материалы, спортивные тренажеры, инвентарь.	Тесты и контрольные упражнения.
5.	<b>Техническая подготовка</b>	Беседа, учебно-тренировочное занятие с демонстрацией технического действия, комбинированное занятие, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.	Дифференцированный, игровой, соревновательный методы. Идеомоторный метод. Метод расчленённого разучивания. Метод целостного упражнения. Метод подводящих упражнений.	Дидактические материалы, спортивные тренажеры, инвентарь.	Тесты и контрольные упражнения, соревнования, товарищеские встречи, зачёты.
6.	<b>Тактическая подготовка</b>	Лекция, учебно-тренировочное занятие с демонстрацией технического действия, комбинированное занятие, практическое занятие, показ видео материала,	Объяснительно – иллюстративный, просмотр аудио и видео мат. Наблюдение за соревнованиями.	Дидактические материалы	Контрольные тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.



		посещение соревнований.			
7.	<b>Итоговые занятия</b>	Соревнования (школьные, районные, областные), Товарищеские встречи. Судейство и организация соревнований.	Метод опроса. Индивидуальный, фронтальный, групповой.	Инвентарь	Обсуждение результатов соревнований

**Формы проведения занятий:** аудиторные, внеаудиторные, дистанционные.

**Оценочный контроль** обучающихся проходит в соответствии с Положением о порядке текущего контроля успеваемости и аттестации обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам, который является локальным нормативным актом ГБОУ школы № 380 Санкт-Петербурга и определяет формы, порядок и периодичность проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации учащихся отделения дополнительного образования детей.

**Ведущими методами обучения**, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный. Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: в целом; по частям.
- Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе «Футбол» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

### Оценочные материалы

#### **Формы контроля и сроки проведения**

Основной показатель работы секции по футболу- выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности обучающихся, выраженных в количественных и качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестовых заданий и контрольных упражнений. Контрольные тестовый задания и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2-3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все обучающиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действиях.

***Формы фиксации результатов реализации программы***

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения обучающихся.

В начале года проводится входное тестовое задание. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце первого года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в Футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

## Информационные источники

### Нормативно-правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка, Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года
2. Конституция Российской Федерации, Принята всенародным голосованием 12 декабря 1993 г. с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020
3. Концепция воспитания юных петербуржцев на 2020-2025 годы «Петербургские перспективы» (Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.01.2020 № 105-р)
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2023 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р)
5. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 г. № ГД-39/04),
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196)
7. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816)
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 г. Москва "Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации и Министерства экономического развития Российской Федерации от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления»
10. Примерная программа воспитания в учреждениях дополнительного образования Санкт-Петербурга (Письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 21.04.2021 № 03-28-3378/21-0-0)
11. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соцзащиты от 22 сентября 2021 г. N 652н)
12. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25.12.2017 N 3986-р «Об утверждении технологических регламентов оказания государственных услуг в сфере дополнительного образования»

13. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25 августа 2022 года № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»
14. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 05.09.2022 № 1779-р «Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге»
15. Распоряжение Правительства Санкт-Петербурга от 21.08.2020 № 24-рп «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2020-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
16. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р)
17. Требования к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации (Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки № 831 от 14.08.2020)
18. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
19. Федеральный закон Российской Федерации № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»
20. Устав ГБОУ школы № 380 Санкт-Петербурга;
21. **Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Государственном бюджетном общеобразовательном учреждении школы № 380 Красносельского района Санкт-Петербурга имени А.И. Спирина;**
22. Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам.

**Список литературы для использования педагогом:**

1. Конаржевский Ю.А. Система. Урок. Анализ. – Псков: ПОИПКРО, 2016г.
2. Конаржевский Ю.А Менеджмент и внутришкольное управление. – Псков: ПОИПКРО, 2016г.
3. Лебедев О. Е., Неупокоева И . И., Цели и результаты школьного образования: Методические рекомендации, - СПб...: СППГУПМ, 2011г .
4. В.И. Козловский (ред) Подготовка футболистов, М., Физкультура и Спорт, 2007г.
5. Футбол (Правила соревнований), М.: Terra-Спорт, 2009г..
6. Гойдановский В. 800 вопросов и ответов о правилах футбола, Издательство ЦК КП Грузии, Тбилиси 2017г.
7. Андреев С. Н. Играй в мини-футбол. – М.: Советский спорт, 2014г.
8. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов 7-11 лет / Пер. с англ. Л. Захаровича. - М.: ООО издательство АСТ, ООО издательство Астрель, 2011г.
9. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов 12-16 лет./ Пер. с англ. Л. Захаровича. - М.: ООО издательство АСТ, ООО издательство Астрель, 2011г.
10. Гил Харви и др. Футбол для начинающих: Практический курс./ Пер. с англ. В. Гаппарова; - М.: ООО издательство АСТ, Ж ООО издательство Астрель, 2011г. (перевод с английского л. Захаровича)
11. Т. Кормен, Ч. Лейзерсон, Р. Ривест Алгоритмы: построение и анализ. М.: МЦНМО, 2010г.
12. Куперштейн В. И. MS Office и Project в управлении и делопроизводстве. – 2-е издание, переработанное и дополненное – СПб.: БХВ-Петербург, 2011г.
13. Мескон М. Х., Альберт М., Хедоури Ф. Основы менеджмента: Пер. с англ. – М.: Дело, 2010г.
14. Одинцов И. О. Профессиональное программирование. Системный подход. – 2-е изд. перераб. и доп. – СПб.: БХВ-Петербург, 2014г.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 380 Красносельского района  
Санкт-Петербурга имени А.И. Спирина  
(ГБОУ школа № 380 Санкт-Петербурга)**

**УТВЕРЖДЕН**  
Приказом директора  
от 30.08.2024г № 152-од

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Футбол «Олимпиец»  
(группа совершенствования)  
на 2024/2025 учебный год

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год, группа №1	01.09.2024	20.05.2025	36	72	72	2 раза в неделю по 1 часу

**Режим работы в период школьных каникул**

Занятия проводятся по утвержденному расписанию или по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме групповых занятий

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 380 Красносельского района  
Санкт-Петербурга имени А.И. Спирина  
(ГБОУ школа № 380 Санкт-Петербурга)

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом директора  
от 30.08.2024 №151-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Футбол «Олимпиец (группа совершенствования)»

**Цель:** развитие интереса и повышение качества игры в футбол.

**Задачи:**

Обучающие:

- Совершенствовать навыки футбольного мастерства;
- Сформировать технико-тактические умения и навыки.

Развивающие:

- Развивать физические качества.

Воспитательные:

- Приобщать к здоровому образу жизни;
- Приобщать к занятию спортом.

**Планируемые результаты:**

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы:

**Предметные результаты:**

Процесс освоения программы характеризуется последовательностью следующих этапов деятельности, формирующих конкретные умения и навыки:

- демонстрация упражнений;
- самостоятельное исполнение футбольных комбинаций.

**Метапредметными результатами** изучения курса является освоение обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и

коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться:

- Следить за правильностью выполнения упражнений, мгновенно оценивать изменившуюся обстановку и принимать правильные решения;
- Доводить дело до конца;
- Определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Умение находить ошибки при выполнении упражнений и уметь их исправлять;
- Умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

### **Личностные результаты**

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование у учащихся установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.



## Содержание программы 1 года обучения

### 1. Вводное занятие.

**Теория.** История возникновения футбола. Форма одежды. Правила личной гигиены. Закаливание. Спортивный инвентарь для проведения занятий по футболу. Знакомство с программой обучения. Техника безопасности при проведении занятий по футболу.

✓ **Теоретическое занятие:** Основные правила игры в мини-футбол. Капитан и его роль в команде. Термины и их определения. Жесты судей.

### 2. Общая физическая подготовка

Значение физической подготовки для игры в футбол. Комплекс общефизических упражнений. Бег и его виды. Упражнения для развития быстроты, гибкости, ловкости и координации движения. Правила подвижных упражнений. Техника безопасности при проведении подвижных упражнений.

**Практика.** Выполнение комплекса общефизических упражнений.

Бег: крестный, приставной, спиной, с различным изменением направления, с высоким подниманием бедра, с захлестом голени, многоскоки, челночный.

Выполнение упражнений для развития ловкости и координации: кувырки вперед. Прыжки на двух ногах, на правой, левой ноге, и рывок.

Выполнение упражнений для развития быстроты: из различных исходных положений (стоя боком, лицом или спиной вперед, на одном или обоих коленях, лежа на животе и т.д.) по зрительному или звуковому сигналу выполнить рывки.

Выполнение упражнений для развития гибкости: наклоны вперед и в стороны из положения стоя, сидя, наклоны прогнувшись назад.

Подвижные игры, различные эстафеты.

### 3. Техническая подготовка

**Теория.** Понятие - передача и остановка мяча, удары, финты, жонглирование, ведение мяча. Работа в защите и нападении. Вратарь и игрок роль на площадке.

**Практика.** Выполнение коротких, средних, длинных передач, разными частями стопы, руками. Выполнение передач по движущему и неподвижному мячу.

Остановка мяча разными частями стопы: подошвой, внутренней стороной стопы, катящегося по полу с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку.

Отработка ударов по мячу: неподвижному, движущемуся, после приема мяча.

Финты: выполнение обманных движений без мяча и с мячом. Жонглирование мячом: с ударом об пол, бедром, (правой, левой ногой), головой.

### 4. Учебно-тренировочные игры.

**Теория.** Разбор игры. Ошибки.

**Практика.** Проведение тренировочных игр.

**Календарно-тематический план**  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Футбол Олимпиец»  
на 2024-2025 учебный год  
для группы совершенствования педагог:  
Беляков Александр Игорьевич

№ п/п	Дата занятия		Тема / содержание занятия	Количество часов	Примечание
	план	факт			
1	01.09.2022		Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.	1	
2	03.09		История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.	1	
3	08.09		История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.	1	
4	10.09		Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра.	1	
5	15.09		Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра.	1	
6	17.09		Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча	1	

			на месте. Учебная игра.		
<b>7</b>	22.09		Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра.	1	
<b>8</b>	24.09		Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра.	1	
<b>9</b>	29.09		Стойка игрока. Перемещение спиной вперёд. Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра.	1	
<b>10</b>	01.10		Стойка игрока. Перемещение спиной вперёд. Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра.	1	
<b>11</b>	06.10		Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра.	1	
<b>12</b>	08.10		Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра.	1	
<b>13</b>	13.10		Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра.	1	
<b>14</b>	15.10		Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра.	1	
<b>15</b>	20.10		Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра.	1	
<b>16</b>	22.10		Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы.	1	

			Игра «Квадрат». Учебная игра.		
<b>17</b>	27.10		Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадр ОФП ат». Учебная игра. ОФП	1	
<b>18</b>	29.10		Ведение мяча с изменением направления. ОФП	1	
<b>19</b>	03.11		Игра «Квадрат». Учебная игра	1	
<b>20</b>	05.11		Ведение мяча с изменением направления. ОФП	1	
<b>21</b>	10.11		Игра «Квадрат». Учебная игра	1	
<b>22</b>	12.11		Ведение мяча с изменением направления. ОФП	1	
<b>23</b>	17.11		Игра «Квадрат». Учебная игра	1	
<b>24</b>	19.11		Ведение мяча с изменением направления.	1	
<b>25</b>	24.11		Игра «Квадрат». Учебная игра	1	
<b>26</b>	26.11		Ведение мяча с изменением направления.	1	
<b>27</b>	01.12		Игра «Квадрат». Учебная игра	1	
<b>28</b>	03.12		Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	
<b>29</b>	08.12		Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	
<b>30</b>	10.12		Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	

31	15.12		Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.	1	
32	17.12		Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.	1	
33	22.12		Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.	1	
34	24.12		Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра.	1	
35	29.12		Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра.	1	
36	12.01.2023		Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра.	1	
37	14.01		Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10минутный бег. Учебная игра.	1	
38	19.01		Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10минутный бег. Учебная игра.	1	
39	21.01		Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10минутный бег. Учебная игра.	1	
40	26.01		Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10минутный бег. Учебная игра.	1	

<b>41</b>	28.01		Техника игры вратаря. Учебная игра.	1	
<b>42</b>	02.02		Техника игры вратаря. Учебная игра.	1	
<b>43</b>	04.02		Техника игры вратаря. Учебная игра.	1	
<b>44</b>	09.02		Техника игры вратаря. Учебная игра.	1	
<b>45</b>	11.02		Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	1	
<b>46</b>	16.02		Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	1	
<b>47</b>	18.02		Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	1	
<b>48</b>	25.02		Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	1	
<b>49</b>	02.03		Удары по прыгающему и летающему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	
<b>50</b>	04.03		Удары по прыгающему и летающему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	
<b>51</b>	09.03		Удары по прыгающему и летающему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	
<b>52</b>	11.03		Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование.	1	
<b>53</b>	16.03		Учебная игра.	1	
<b>54</b>	18.03		Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики.	1	

			Учебная игра.		
<b>55</b>	23.03		Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.	1	
<b>56</b>	25.03		Удары по мячу головой. Эстафеты.	1	
<b>57</b>	30.03		Учебная игра.	1	
<b>58</b>	01.04		Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра.	1	
<b>59</b>	06.04		Отбор мяча. Вбрасывание. СФП.	1	
<b>60</b>	08.04		Учебная игра.	1	
<b>61</b>	13.04		Отбор мяча. Вбрасывание. СФП. Учебная игра.	1	
<b>62</b>	15.04		Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.	1	
<b>63</b>	20.04		Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.	1	
<b>64</b>	22.04		Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.	1	
<b>65</b>	27.04		Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.	1	
<b>66</b>	29.04		Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.	1	
<b>67</b>	04.05		Индивидуальные действия в	1	

			защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.		
<b>68</b>	06.05		Отбор мяча. Вбрасывание. СФП.	1	
<b>69</b>	11.05		Учебная игра.	1	
<b>70</b>	13.05		Отбор мяча. Вбрасывание. СФП.	1	
<b>71</b>	18.05		Учебная игра.	1	
<b>72</b>	20.05		Отбор мяча. Вбрасывание. СФП.	1	
			<b>Всего</b>	<b>72</b>	



### План воспитательной работы с обучающимися

№ п/п	Название мероприятия	Дата	Место проведения	Примечание
1.	Тематические беседы о футболе.	сентябрь	ГБОУ школа №380	
2.	Проводить обсуждение прочитанного и увиденного в СМИ о спорте.	сентябрь	ГБОУ школа №380	
3.	Беседа-напоминание о правилах поведения на занятиях.	октябрь	ГБОУ школа №380	
4	Просмотры видео с играми .	ноябрь	ГБОУ школа №380	
5	Использование различных психолого-педагогических методов для изучения коллектива.	ноябрь	ГБОУ школа №380	
6	Проведение открытых уроков.	декабрь	ГБОУ школа №380	
7	Помощь в развитии физических способностей и достижении высоких результатов.	декабрь	ГБОУ школа №380	
8	Беседа о личной гигиене и режиме дня.	декабрь	ГБОУ школа №380	
9	Беседы о вреде курения, алкоголя, наркотиков.	январь	ГБОУ школа №380	
10	Беседы по пожарной безопасности.	февраль	ГБОУ школа №380	
11	Индивидуальные беседы с обучающимися.	апрель	ГБОУ школа №380	
12	Изучение уровня воспитанности обучающихся.	май	ГБОУ школа №380	
13	Беседа «Как бороться с конфликтами».	май	ГБОУ школа №380	
6	Проведение открытых уроков.	декабрь	ГБОУ школа №380	
7	Помощь в развитии физических способностей и достижении высоких результатов.	декабрь	ГБОУ школа №380	

8	Беседа о личной гигиене и режиме дня.	декабрь	ГБОУ школа №380	
9	Беседы о вреде курения, алкоголя, наркотиков.	январь	ГБОУ школа №380	
10	Беседы по пожарной безопасности.	февраль	ГБОУ школа №380	
11	Индивидуальные беседы с обучающимися.	апрель	ГБОУ школа №380	
12	Изучение уровня воспитанности обучающихся.	май	ГБОУ школа №380	
13	Беседа «Как бороться с конфликтами».	май	ГБОУ школа №380	

### План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Дата	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание Тема: «О задачах объединения в новом учебном году, планирование совместной работы. Выбор родительского комитета».	сентябрь	ГБОУ школа №380	
2	Мастер класс для родителей и детей.	сентябрь	ГБОУ школа №380	
3	Индивидуальные консультации	октябрь	ГБОУ школа №380	
4	Участие родителей в подготовке и проведении спортивных мероприятий.	ноябрь	ГБОУ школа №380	
5	Родительское собрание Тема: «Показательные выступления».	январь	ГБОУ школа №380	
6	Индивидуальные консультации.	январь	ГБОУ школа №380	
7	Просветительские беседы.	февраль	ГБОУ школа №380	

8	Родительское собрание на тему: «Внутри групповые соревнования».	апрель	ГБОУ школа №380	
9	Совместное празднование Дня города.	май	ГБОУ школа №380	

**Согласован:**

Заведующий отделением \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

(подпись)

(ФИО)

Дата: «\_\_\_\_\_» «\_\_\_\_\_» 2024 год