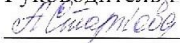


**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей имени генерал-майора Хисматулина Василия Ивановича**

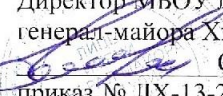
РАССМОТРЕНО:

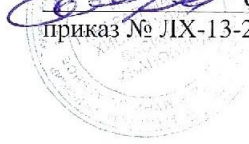
педагогическим советом лицея
протокол № 7 от «20» апреля 2022г.

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ЦДОЛ
 Н.А. Старкова-Ашуриласва
«20» апреля 2022г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ лицея имени
генерал-майора Хисматулина В.И.
 С.В. Фисун
приказ № ЛХ-13-219/2 от «26» апреля 2022г.



**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«Спортивные игры»**

Возраст обучающихся: **10-17 лет**

Количество часов в год: **76**

Срок реализации программы: **1 год**

Составитель, педагог дополнительного образования: **Казакбиев Ислам Алишейхович**

г. Сургут
2022

ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ

Название программы	«Спортивные игры»
Направленность программы	Физкультурно-спортивное
Уровень программы	базовый
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Казакбиев Ислам Алишейхович
Год разработки	2022г.
Где, когда и кем утверждена	Педагогическим советом - протокол №7 от 20 «апреля» 2022г., приказом директора МБОУ лицея имени генерал-майора Хисматулина В.И. № ЛХ-13-219/2 от «26» апреля 2022г.
Информация о наличии рецензии	-
Цель	удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в области футбола
Задачи	<ul style="list-style-type: none"> ▪ укрепление здоровья; ▪ содействие правильному физическому развитию; ▪ приобретение необходимых теоретических знаний; ▪ овладение основными приемами техники и тактики игры; ▪ воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы; ▪ привитие ученикам организаторских навыков; ▪ повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу.
Ожидаемые результаты освоения программы	<p><u>Личностные результаты:</u> Обучающийся: - формулирует самостоятельно или с помощью педагога цель своего обучения и выполнения образовательной задачи; - анализирует собственную практическую деятельность; - видит ценность собственной деятельности; - критически относится к своим достижениям.</p> <p><u>Предметные результаты</u> Обучающийся: - получает знания об основных двигательных действиях; - владеет широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - владеет способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения; - владеет способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой. <p><u>Метапредметные результаты:</u></p> <p>Обучающийся научится:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять с помощью педагога зону своего незнания и планировать деятельность, включаясь в решение проектной задачи; - формулировать с помощью педагога проблему; - использовать с помощью педагога подробную инструкцию и алгоритм деятельности; - использовать известные методы сбора и обработки информации; - подбирать необходимое оборудование для достижения цели; - использовать приемы продуктивной групповой коммуникации для достижения цели. <p>Обучающийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - определять самостоятельно зону своего незнания и планировать деятельность; - формулировать проблему и предлагать пути ее решения; - самостоятельно составлять подробную инструкцию и алгоритм деятельности; - обосновывать использование методов сбора и обработки информации; - обосновывать выбор необходимого оборудования для достижения цели; - обосновывать причину удаchi/неудачи при организации продуктивной групповой деятельности. <p>Мотивацией к освоению программы является то, что обучающийся четко формулирует цель своего обучения и выполнения образовательной задачи; ценит и анализирует собственную практическую деятельность, критически относится к своим достижениям.</p>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю / год	4/76
Возраст обучающихся	10-17 лет
Формы занятий	Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.
Методическое обеспечение	Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: В.И.Лях., А.А. Зданевич. Программа допущена Министерством образования Российской Федерации, 2011г.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	Гимнастическая стенка, скамейки; скакалки; гимнастические маты; мячи футбольные, набивные, теннисные; гантели различной массы; насос ручной со штуцером; футбольные ворота, спортивный зал МБОУ лицея имени генерал-майора Хисматулина В.И.

Аннотация к программе

В содержание программы входят два раздела: теоретическая и физическая подготовка. Физическая подготовка включает в себя: общую и специальную физическую подготовку. Ученики получают основные знания в области физической культуры, спорта и получают возможность применять их на практике на базовом уровне.

Программа предназначена для детей в возрасте 10-17 лет.

Количество обучающихся в группе – 12 человек.

Объем программы: 76 часов в год.

Поскольку «дополнительные общеобразовательные программы реализуются в пространстве, не ограниченном образовательными стандартами: в дополнительном образовании федеральные государственные образовательные стандарты не предусматриваются (ФЗ ст.2, п.14), а предусмотрены федеральные государственные требования только к дополнительным общеобразовательным предпрофессиональным программам (ФЗ ст. 75, п.4)», дополнительная общеобразовательная программа «Спортивные игры» разработана на основе и с учетом инструктивно-методического письма «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам в образовательных организациях, подведомственных департаменту образования Администрации города» (ДО № 5429/16 от 14.09.2016), и нормативно-правовых документов:

1. Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Порядка Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года г. И плана реализации по ее реализации»;
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями от 30.09.2020).
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2015 г. N 1309 "Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи" (с изменениями и дополнениями).
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей».
6. Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО-Югры от 25.05. 2013 №437 «Об утверждении Концепции организации инклюзивного образования детей – инвалидов и детей с ОВЗ в ХМАО-Югре».
7. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
8. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации «(вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)
9. Постановление Администрации г. Сургута от 22 декабря 2020 г. N 9693 «Об утверждении стандарта качества муниципальных услуг (работ) в сфере образования, оказываемых (выполняемых) муниципальными учреждениями, подведомственными департаменту образования Администрации города, и признании утратившими силу некоторых муниципальных правовых актов» (с изменениями на 28 февраля 2022 года).

Реализация образовательной программы осуществляется за пределами ФГОС и федеральных государственных требований и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Спортивные игры» предоставляет возможности обучающимся, достигшим подросткового возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

Спортивная игра – это всегда командная работа, где каждый игрок действует с учетом действия своего партнера. Для игры характерны разнообразные чередования движений, быстрая смена ситуаций, изменение интенсивности и продолжительности деятельности каждого игрока. Игровая деятельность вырабатывает волю и характер, формирует умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. У обучающихся развиваются такие качества как: товарищество, доброта, честность, трудолюбие, дисциплинированность, соблюдение порядка, стремление быть сильным и ловким, привычки подчинять свои действия интересам коллектива, развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений.

Актуальность программы заключается в том, что среди наиболее эффективных средств спортивно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время спортивные игры занимают видное место. Эти виды спорта (футбол) развивают двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

Технические приемы, тактические действия и собственно игра включают большие возможности для укрепления здоровья, формирования жизненно важных двигательных навыков, совершенствования физических качеств, а также развивает коммуникативные качества.

Процесс организации такого образовательного пространства требует использования новых приемов преподавания, в основе которых лежит представление о деятельностном подходе как способе достижения планируемых образовательных результатов, удовлетворения личностных потребностей обучающегося, определения его индивидуальной образовательной траектории. В этом заключается новизна программы.

Отличительная особенность программы – выполнение практико-ориентированных заданий, предусматривающих освоение теоретического материала в практической деятельности. Данная особенность потребовала изменения системы оценивания образовательных результатов: фиксируется динамика результатов каждого обучающегося, а не сопоставление его с «эталоном», «образцом»; в основе анализа образовательной продукции лежит специально разработанная аналитическая шкала; используются рефлексивные листы, что связано с признанием «субъективности и относительности творчества ученика» (А.В.Хуторской).

Значительные изменения в системе образования России на современном этапе, результатом которых является стремление создать открытое образовательное пространство, характеризующееся непрерывностью, универсальностью, охватом всех сторон жизни учащегося, делают общее и дополнительное образование взаимодополняющими компонентами единого образовательного процесса. Такая интеграция становится «средством реализации вариативного обучения детей, включающего овладение ими универсальными компетенциями, развитие

творческих способностей и задатков, удовлетворение индивидуальных потребностей, социальную адаптацию и идентификацию, становление личности» (Хентонен А.Г., Бельская К.В.). В соответствии с новым законодательством, структура дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы включает комплекс основных характеристик программы и комплекс организационно-педагогических условий, включая формы аттестации.

Направленность дополнительной общеобразовательной программы - физкультурно- спортивная.

Количество обучающихся в группе – 12 человек.

Объем программы: 76 часов в год. Режим занятий: 1 занятие в неделю по 2 часа. Срок освоения программы: 1 год

Формы организации занятий: Основная форма проведения занятий по программе - практические работы как важнейшее средство связи теории и практики в обучении.

Практические занятия по технике защиты

- действия без мяча.
- действия с мячом.

Практические занятия по тактике нападения

- индивидуальные действия (выбор места, способа приёма и передач мяча);
- групповые действия (взаимодействия игроков);
- командные действия (расположение игроков).

Контрольные игры и соревнования

Соревнования по футболу. Установка игрокам перед соревнованиями. Разбор проведённых игр. Характеристика команды противника.

Тактический план игры.

Контрольные испытания

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

В случае перехода обучающихся на дистанционное обучение предусмотрена реализация дополнительной общеобразовательной программы «Спортивные игры» в форме онлайн занятий и применением иных форм дистанционного обучения (презентационные материалы, видео и аудио файлы, задания по изучаемым темам, виртуальные занятия и мастер-классы и пр.).

Цель дополнительной общеобразовательной (общеразвивающая) программы «Спортивные игры» - удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в области спортивных игр: футбола.

Задачи:

- укрепление здоровья;
 - содействие правильному физическому развитию;
 - приобретение необходимых теоретических знаний;
 - овладение основными приемами техники и тактики игры;
 - воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
 - привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно-тематический план
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Спортивные игры»
на 2022-2023 учебный год

№	Содержание	Кол-во занятий
1	Теория	В процессе занятий
2	Специальная техническая подготовка	46
3	Специальная тактическая подготовка	22
4	ОФП, СФП	На каждом занятии
5	Соревнования	4
6	Контрольные испытания	4
	ИТОГО	76

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Физическая культура и спорт в России. Общественно-политическое и государственное значение физической культуры и спорта в России. Массовый народный характер спорта в стране. Задачи развития массовой физической культуры.

Сведения о строении и функциях организма занимающихся. Основы пищеварения и обмена веществ. Краткие сведения о нервной системе.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся футболом. Влияние занятий физическими упражнениями на нервную систему и обмен веществ организма.

Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение травматизма. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) в целях закаливания организма. Меры личной и общественной и санитарно-гигиенической профилактики, общие санитарно-гигиенические требования к занятиям.

Основы методики обучения в футболе. Понятие об обучении и тренировке. Классификация упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе по спортивным играм.

Правила соревнований, их организация и проведение. Роль соревнований в спортивной подготовке. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Общая и специальная физическая подготовка. Специфика средств общей и специальной физической подготовки. Специальная физическая подготовка в различные возрастные периоды.

Основы техники и тактики игры. Понятие о технике. Анализ технических приёмов (на основе программы для данного года). Анализ тактических действий в нападении и защите (на основе программы для данного года).

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Общая физическая подготовка (ОФП)

Общая физическая подготовка осуществляется на основе программы по физической культуре для учащихся 5-11-х классов. В качестве основных средств общей физической подготовки применяются:

- гимнастические упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, висы, упоры, лазание, метания, прыжки;
- спортивные игры (ручной мяч); занимающиеся должны хорошо овладеть передачами и ловлей мяча, ведением его, изучить индивидуальные тактические действия и простые взаимодействия игроков в нападении и защите;
- подвижные игры, с предметами, с преодолением несложных препятствий и на быстроту реакции;
- легкоатлетические упражнения — в основном применяются преимущественно бег на короткие дистанции, кроссы, прыжки и метания.

Специальная физическая подготовка (СФП) ФУТБОЛУ:

Упражнения для развития силы.

Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2—4 кг, мешочки с песком 3—5 кг, диск от штанги, штанга для средней и старшей групп, вес штанги от 40 до 70% к весу спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением. Приседание на одной ноге («пистолет») с последующим подскоком вверх. Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте). В упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором. Сжатие теннисного (резинового) мяча. Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движения кистей и пальцев). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Ловля набивных мячей, направляемых 2—3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты.

Повторное пробегание коротких отрезков (10—30 м) из различных исходных положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа, находясь в положении широкого выпада, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте и в разных направлениях). Бег с изменением направления (до 180°). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении и т. д. Челночный бег 2x10 м, 4x5 м, 4x10 м, 2x15 м и т. п. Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно — спиной и т. д. Бег боком и спиной вперед (на 10-20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками, стоящими или медленно передвигающимися с помощью партнеров. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход от обычного бега на бег спиной вперед). Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударом по воротам. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Упражнения для развития ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Жонглирование мячом в

воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом» и др.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Переменный и повторный бег с мячом. Двусторонние игры. Двусторонние игры (команды играют в уменьшенном по численности составе). Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т. п.) большой интенсивности. Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 3-10 мин. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Упражнения для развития быстроты. Бег (рывки) с высокого и низкого старта на 20—30 м лицом вперед, боком вперед, спиной вперед. Передвижение приставными шагами правым и левым боком вперед, лицом вперед, спиной вперед, двойными шагами и скачками.

Во время передвижения одним из указанных выше способов ускорения в определенных границах площадки и в ответ на сигналы. Во время ходьбы в колонну по одному вдоль границ площадки по сигналу последний в колонне делает рывок и, обогнав колонну, идет впереди. Затем обгон начинает следующий и т. д. Кроме бега, при обгоне применяются и другие способы перемещения. Бег с изменением направления — оббегание препятствий (стоек, набивных мячей и т. п.) или занимающихся, идущих в колонне. Различные перемещения в сочетании с бросками и ловлей набивных мячей.

Соревнования в беге на 20, 30, 60 м, а также на быстроту перемещения другими способами (на время). Специальные эстафеты с бегом, передвижением приставными шагами и различным сочетанием способов перемещения, а также с переноской груза (набивных мячей и т. п.) и преодолением препятствий.

Подвижные игры; «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов», «Вызов номеров», «Попробуй унеси», различные варианты игры «Салочки». Специальные эстафеты с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Упражнения для формирования у юных футболистов правильных движений без мяча

Бег: обычный, спиной вперед; скрестными и приставными шагами (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Ациклический бег (с повторными скачками на одной ноге) Прыжки: вверх, вверх - вперед, вверх - вправо, вверх - влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Упражнения для формирования правильных движений без мяча для вратарей прыжки в сторону с падением перекатом, повороты во время бега (вперед и назад) направо, налево и кругом (переступая и на одной ноге), остановка во время бега - выпадом, прыжком и переступанием

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Личностные результаты:

Обучающийся:

- формулирует самостоятельно или с помощью педагога цель своего обучения и выполнения образовательной задачи;
- анализирует собственную практическую деятельность;
- видит ценность собственной деятельности;
- критически относится к своим достижениям.

Предметные результаты

Обучающийся:

- получает знания об основных двигательных действиях;
- владеет широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владеет способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владеет способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Метапредметные результаты:

Обучающийся научится:

- определять с помощью педагога зону своего незнания и планировать деятельность, включаясь в решение проектной задачи;
- формулировать с помощью педагога проблему;
- использовать с помощью педагога подробную инструкцию и алгоритм деятельности;
- использовать известные методы сбора и обработки информации;
- подбирать необходимое оборудование для достижения цели;
- использовать приемы продуктивной групповой коммуникации для достижения цели.

Обучающийся получит возможность научиться:

- определять самостоятельно зону своего незнания и планировать деятельность;
- формулировать проблему и предлагать пути ее решения;
- самостоятельно составлять подробную инструкцию и алгоритм деятельности;
- обосновывать использование методов сбора и обработки информации;
- обосновывать выбор необходимого оборудования для достижения цели;
- обосновывать причину успеха/неудачи при организации продуктивной групповой деятельности.

Мотивацией к освоению программы является то, что обучающийся четко формулирует цель своего обучения и выполнения образовательной задачи; ценит и анализирует собственную практическую деятельность, критически относится к своим достижениям.

Комплекс организационно-педагогических условий

Условия реализации программы: отдельный зал для спортивных игр, необходимое оборудование и инвентарь.

Формы аттестации - контрольные испытания (оценка индивидуальных качеств общей и специальной подготовки); контрольные игры и соревнования (оценка командных действий, взаимодействие игроков).

Уровень развития у школьников личностных качеств определяется путем сравнения результатов их диагностики в начале и конце учебного года с помощью методики, включающей наблюдение, анализ образовательной продукции обучающихся.

Результат, предъявляемый обучающемуся, не всегда является объективным. Обладая индивидуальной техникой, не всегда есть возможность продемонстрировать ее в игровой и соревновательной деятельности, многое зависит от партнеров по команде и соперников. Признание субъективности и относительности подготовки обучающегося - руководящий принцип в планировании, диагностике и оценке его образовательных достижений.

Воплощение этого принципа предусматривает рефлексивный анализ учащимися своей деятельности, когда им предлагается, ответить на вопросы типа: «Что получилось и что нет?», «Что я понял и чему научился?», «Что явилось для меня новым?», «Какие возникали у меня трудности, как я их преодолевал?». Ответы обучающегося на подобные вопросы дают представление о степени его заинтересованности, о внутренней мотивации. Одно лишь внешнее выражение результатов деятельности может не отражать адекватных внутренних изменений обучающегося.

Календарно-тематический план дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Спортивные игры» - футбол. на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Раздел	Тема занятия	Содержание	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
1	Футбол	ТБ на занятиях в спортивном зале, при занятиях Футболом. Правила игры.	Комплектование группы. План и режим работы спортивной секции. Инструктаж по правилам поведения и безопасности в секции.	2	12.09	
2	Футбол	Сдача нормативов	Входной контроль. Сдача нормативов по ОФП: бег на скорость, выносливость, прыгучесть, пресс, отжимание, гибкость, метание мяча	2	19.09	

3	Футбол	Техника игры	Устойчивая, основная; - статическая стартовая стойка; - динамическая стартовая стойка. Бег. Прыжки. Остановки и повороты во время бега.	2	26.09	
4	Футбол	Техническая подготовка. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.	Значение правильного режима дня. Удары по мячу ногой. Игра "Салки мячом". Ускорение, старты из различных положений.	2	03.10	
5	Футбол	Освоение техники перемещений, стоек футболиста в защите	Влияние физических упражнений. Удары по мячу головой. Игра "Борьба за мяч".	2	10.10	
6	Футбол	Комбинации из передвижений и остановок игрока.	Закаливание организма. Ведение мяча. Остановка мяча.	2	17.10	
7	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.	2	24.10	
8	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.	2	31.11	
9	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.	2	07.11	
10	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.	2	14.11	
11	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.	2	21.11	

12	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Совершенствование удара внешней частью подъёма.	2	28.11	
13	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.;	2	05.12	
14	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Удар носком. Удар серединой подъёма.	2	12.12	
15	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъёма.	2	19.12	
16	Футбол	Техника ударов по мячу и остановок мяча	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	2	26.12	
17	Футбол	Техника ведения мяча	Ведение мяча внешней частью подъёма.	2	07.01	
18	Футбол	Техника ведения мяча	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	2	09.01	
19	Футбол	Техника ведения мяча	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	2	16.01	
20	Футбол	Техника ведения мяча	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	2	25.01	
21	Футбол	Техника ведения мяча	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	2	30.01	
22	Футбол	Техника ведения мяча	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	2	06.02	
23	Футбол	Техника ведения мяча	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	2	13.02	

24	Футбол	Техника ведения мяча	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	2	20.02	
25	Футбол	Техника ведения мяча	Закрепление удара пяткой.	2	27.02	
26	Футбол	Техника ведения мяча	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	2	06.03	
27	Футбол	Техника ведения мяча	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	2	13.03	
28	Футбол	Техника ведения мяча	Закрепление удара-броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.	2	20.03	
29	Футбол	Техника ведения мяча	Совершенствование удара-броска стопой..	2	27.03	
30	Футбол	Техника ведения мяча	Совершенствование ведения внутренней стороной стопы	2	03.04	
31	Футбол	Техника ведения мяча	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину	2	10.04	
32	Футбол	Техника ведения мяча	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	2	17.04	
33	Футбол	Техника защитных действий	Персональная защита	2	24.04	
34	Футбол	Техника защитных действий	Смешанная защита	2	01.05	
35	Футбол	Техника защитных действий	Тактические действия: взаимодействия игроков в нападении и защите.	2	09.05.	
36	Футбол	Техника защитных действий	Игра вратаря –при ловле низких, полуввысоких и высоких мячей	2	15.05	

37	Футбол	Техника защитных действий	Перехват мяча	2	22.05	
38	Футбол	Игра в футбол	Разминка. Учебная игра.	2	29.05	
				76		

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ МЕТОДИКИ И ТЕХНОЛОГИИ

Для достижения целей в процессе реализации программы «Спортивные игры» используются здоровье сберегающие **технологии**.

Под здоровье сберегающими технологиями понимается комплекс мероприятий, проводимых с целью оздоровления обучающихся и профилактики болезней. Появление данного направления обусловлено постоянно снижающимся уровнем здоровья обучающихся. Здоровье сберегающие технологии – это совокупность приемов, способов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья обучающихся.

Цель здоровье сберегающих технологий обучения – обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения навыки по здоровому образу жизни. Научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Здоровье и здоровый образ жизни пока не занимают первые места в иерархии потребностей человека нашего общества.

В данный момент практически не встретишь абсолютно здорового ребенка. Интенсивность учебного труда учащихся очень высокая, что является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма.

В связи с ухудшающимся уровнем здоровья подрастающего поколения, существует необходимость организации двигательной деятельности с акцентом на решение оздоровительных задач физического воспитания, не нарушая при этом образовательной составляющей процесса.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия построены так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям и более успешного решения задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении.

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

Практические методы:

- метод упражнений (предусматривает многократные повторения движений);
- игровой и соревновательный (применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры);
- круговой тренировки (выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях)).

Материально-технические средства обучения

- Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:
- Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);
- К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);
- Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество
		Основная школа
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)	
1.1	ФГОС основного общего и среднего (полного) общего образования по физической культуре	Д
1.2	Примерная программа по физической культуре основного общего и среднего (полного) общего образования (базовый профиль)	Д
1.3	Авторские рабочие программы по физической культуре	Д
1.4	Учебник по физической культуре	Г
1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д
2	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование	
2.1	Щит баскетбольный тренировочный	Г
2.2	Стенка гимнастическая	Г
2.3	Скамейки гимнастические	Г
2.5	Ворота футбольный	Г
2.6	Сетки футбольные	Г
2.10	Перекладина гимнастическая	Г
2.12	Скакалка гимнастическая	Г
2.14	Комплект матов гимнастических	Г
2.15	Аптечка медицинская	Д
2.17	Мячи футбольные	Г

2.18	Мячи волейбольные (для вратарей)	Г
2.23	Мячи набивные (1 кг)	Г
2.24	Мячи малые (теннисные)	Г
2.39	Сетки для переноса мячей	Г
2.40	Стеллажи для хранения мячей	Г
2.41	Секундомер	Д
2.42	Насос для накачивания мячей	Г
2.43	Рулетка измерительная	Г
2.44	Жилетки игровые с номерами	Г

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Общезначительная физическая подготовка

№ п/п	Тест	Мальчики	Девочки
1	Бег 30 м, сек	4,9	5,0
2	Бег 20 м с ведением мяча, сек	11,4-10,4	12,2-11,2
3	Прыжки в длину с места, см	130 – 150	120 – 140
4	6-минутный бег, м	1000-1100	850-1000
5	Наклон вперёд из положения сидя, см	6 – 8	8 – 10
6	Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из виса лёжа (девочки).	4 – 5	10 – 14
7	Прыжки со скакалкой (раз за 1 мин).	100-110	110-120
8	Прыжки в высоту с разбега, см	90-100	80-90
9	Прыжки в высоту с места, см	40-45	35-40
10	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками сидя (м)	9,5	7,5

Техническая подготовка футболиста

№	Содержание требований (вид испытаний)	пол	Оценка		
			н	с	в
1	Введение футбольного мяча	юн.	12	14	16
2	Ведение футбольного мяча спиной вперёд	юн.	10	12	14
3	Передача мяча в парах, без потерь. Расстояние 5–6 м (кол-во раз)	юн.	11	15	20
4	Удар футбольным мячом по воротам с расстояния (5м, 10м, 15м.)	юн.	5	10	15
5	Передача на точность через всю площадку	юн.	3	4	5

6	Пробитие пенальти (кол-во)	юн.	1	3	5
7	Чеканить мяч (набивание мяча)	юн.	15	20	25

Н - низкий показатель; **С** - средний показатель; **В** - высокий показатель;

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовая база:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Инструктивно-методическое письмо «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам в образовательных организациях, подведомственных департаменту образования Администрации города» (ДО №5429/16 от 14.09.2016).
3. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 №1726-р.
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО-Югры от 06.03.2014 №229 «Концепция развития дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре до 2020 года».
6. Постановление Администрации города от 13.12.2013 №8993 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие образования города Сургута на 2014-2020 годы» (с изменениями).

Литература для учителя:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов, Москва «Просвещение» 2011 г. Авторы: В.И.Лях, А.А.Зданевич.
2. «Спортивные игры». Учебник для студентов факультетов физического воспитания педагогических институтов. Москва 1973 г.
3. «Спортивные игры». Ю.И. Портных. Москва 1975 г.
4. Спортивные игры, Москва 2002 г., Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнова
5. Здоровый образ жизни в современной школе, Ростов на Дону 2007 г., Е.А.Воронова
6. Организация работы спортивных секции в школе: программы и рекомендации/ авт.-сост. А.Н. Каинов. – Волгоград: Учитель 2010.
7. Баландин Г.А. Урок физкультуры в современной школе.
8. Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова. – М.: Советский спорт, 2007.
9. Ковалько В.И. Индивидуальная тренировка
10. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом, 2009.

Литература для учащихся:

1. Литвинов Е.Н. Физкультура! Физкультура! _ М.:Просвещение 2004
2. Мейксон Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов. М.: Просвещение, 2011

3. Виленский М.Я.; Туревский И.М.; Матвеев А.П. Физическая культура: 8-9 кл. – М.: Просвещение, 2011
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура: 10-11 кл. – М.: Просвещение, 2011
5. Железняк, Ю. Д. К мастерству в футболе. Москва. «Физкультура и спорт» 1978.
6. Казаков С.В. Спортивные игры. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004, 2004- 442с.
7. Кузнецов В.С. Упражнения и игры с мячом. 2009

Интернет – ресурсы

www.it-n.ru Сеть творческих учителей

<http://www.bibliotekar.ru> библиотека

<http://ru.savefrom.net/> для скачивания видео с интернета

http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com Сеть творческих учителей,

[http://www.openclass.ru/sub/Физическая культура](http://www.openclass.ru/sub/Физическая%20культура) Сообщество взаимопомощи учителей, физическая культура. Общество учителей физической культуры.

<http://www.uchportal.ru> Учительский портал.

<http://ballplay.narod.ru> Персональный сайт. **Методика подготовки баскетболистов.**

<http://www.kes-basket.ru/> Школьная баскетбольная лига.

<http://g2p.tatarstan.ru/rus/info.php?id=6990> Информационный сайт.