

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 79 Калининского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНА
на МО педагогов ОДОД
протокол № 6
от 10 06 2020 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 4 от 12.07.2020 г.
Директор 
Т.Н.Акимова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе

«Юный футболист»

Год обучения 2

Группа №

Возраст учащихся 10-12 лет

Львов Вячеслав Валерьевич
педагог дополнительного образования

2020-2021

Пояснительная записка

2020-2021 учебный год имеет особенности в связи с эпидемиологической ситуацией по распространению новой коронавирусной инфекции COVID-10. Безопасность реализации программы обеспечивается в соответствии с требованиями:

- Санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1./2.4.3598-20 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утверждены постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16
- Постановления Главного государственного врача Российской Федерации от 13.07.2020 № 20 «О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в эпидемическом сезоне 2020-2021 годов»
- Постановления Правительства Санкт-Петербурга от 13 марта 2020 г. № 121 «О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями и дополнениями на момент проведения занятий)
- Стандартом безопасной деятельности образовательной организации.

Форма реализации данной рабочей программы – очная. В случаях ухудшения эпидемиологической ситуации в регионе возможен переход к реализации рабочей программы с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в предусмотренных Законом об образовании формах обучения или при их сочетании, при проведении теоретических и практических занятий, текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестаций.

Занятия будут проводиться в соответствии с требованиями санитарно-гигиенических безопасности, разработанных для реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности.

В связи со сложной эпидемиологической ситуацией и невозможностью обеспечить минимизацию контактов между группами детей (классами) в том числе внутри параллели, программа будет осуществляться дистанционно на ресурсе : <https://vk.com/club193721611>, но с очными консультациями детей из одного класса по расписанию.

Основными особенностями второго года программы кружка являются: органическое сочетание дополнительного образования и воспитания, развития физических качеств, формирование умений применять знания на практике.

Для тренировок берутся упражнения, соответствующие уровню физической подготовке и способностям детей. Занятия приближены к

идеальным, то есть они многофункциональны: учат мышлению, дают знания, развивают координацию и внимание, дают радость, являются спортивно-оздоровительными.

Для подготовки и проведения занятий педагоги руководствуются следующими принципами:

1. Готовиться к каждому занятию с максимальной серьезностью, мысленно проигрывая весь его ход.
2. На занятиях присутствует раскованная обстановка равноправия и высокая активность детей.
3. Используется принцип оптимальности, систематичности подачи материала и доступности.
4. Учитывается материальная база для проведения занятия и погодные условия.
5. Подбор упражнений ориентирован на среднего обучаемого. За одно занятие рекомендуется делать несколько переключений от одного вида деятельности к другому.
6. Тренировочный процесс продуман не только с учётом возрастных особенностей детей, но и с учётом предстоящих соревнований.

Выстроенные в определенной последовательности, занятия обеспечивают комплексное развитие основных физических качеств, формируют техническую подготовку и воспитывают смелость и решительность

Курс включает в себя теоретическую и практическую часть. Теоретическая часть занимает $\frac{1}{10}$ часть занятия.

Теоретическая часть проводится в виде:

- ✓ Рассказывания
- ✓ Беседы
- ✓ Работа на платформе в дистанционном режиме
- ✓ Просмотр учебных фильмов
- ✓ Применение знаний теории на практике

Практическая часть занятия включает в себя:

- ✓ Действия с мячом
- ✓ Действия без мяча
- ✓ Общая физическая подготовка
- ✓ Умение выбирать позицию на поле
- ✓ Способность видеть партнёров по команде, не акцентируя большого внимания на мяче в отличие от учеников 1 года обучения
- ✓ Соревнования

Задачи 2 года обучения.

- ✓ Вести мяч различным способом
- ✓ Выполнять верхнюю и нижнюю передачу
- ✓ Правильно открываться без мяча в свободную зону

- ✓ Научиться выполнять удар с хода по мячу подъёмом и внутренней стороной стопы.
- ✓ Научиться выполнять удар по мячу с лёта, с отскока, с обработкой мяча в воздухе в 2 касания
- ✓ Научиться останавливать мяч с лету различными частями тела (подъёмом, щёчкой, бедром и грудью.
- ✓ Научиться бить головой по мячу
- ✓ Научиться играть в квадрат в два и в одно касание.
- ✓ Освоить основные тактические действия в защите и атаке
- ✓ Научиться анализировать свои ошибки и ошибки партнёров по команде.

Прогнозируемые результаты освоения детьми программы 2 года обучения.

На конец второго года обучения дети будут уметь:

- ✓ Выполнять финты и удары с хода
- ✓ Открываться в свободную зону без мяча во время игры
- ✓ Тактически мыслить
- ✓ Выполнять удар по летящему мячу подъёмом и внутренней стороной стопы.
- ✓ Самостоятельно проводить разминку футболиста
- ✓ Анализировать свои ошибки
- ✓ Играть в квадрат в два и в одно касание
- ✓ Бить головой по мячу и различных положений.

Календарно-тематическое планирование.

№	Содержание материала	Количество часов	Дата	
			по плану	фактич
1	Теория. Т/Б на спортивных играх. Урок 45. 4 класс. resh.edu.ru	2	4.09	
2	Урок 33. 5 класс resh.edu.ru	2	5.09	
3	Урок 46. Перемещения в футболе. 4 класс. resh.edu.ru	2	11.09	
4	Урок 47. Перемещение мяча в футболе. 4 класс. resh.edu.ru	2	12.09	
5	Ведение мяча с изменением направления.	2	18.09	

6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема и удар мяча с лёта.	2	19.09	
7	Удар носком и удар с ходу.	2	25.09	
8	Удар серединой лба на месте и в движении.	2	26.09	
9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2	2.10	
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника. Выход 3 в 2	2	3.10	
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	2	9.10	
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и с остановкой в движении.	2	10.10	
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема и в 2 касания.	2	16.10	
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2	17.10	
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника Выход один на один.	2	23.10	
16	Обманные движения (финты) Выход один на один	2	24.10	
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы, бедром и грудью.	2	30.10	
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Игра по заданиям.	2	31.10	
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Игра двумя мячами.	2	6.11	
20	Резаные удары. Игра с развёрнутыми воротами.	2	7.11	
21	Удар по мячу серединой лба в прыжке	2	13.11	
22	Удар боковой частью лба в движении	2	14.11	
23	Остановка катящегося мяча подошвой. Ведение прокатом.	2	20.11	
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение спиной вперёд	2	21.11	
25	Остановка мяча грудью	2	27.11	
26	Совершенствование техники ведения мяча с ускорениями	2	28.11	
27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо	2	4.12	
28	Отбор мяча подкатом. Общая физическая подготовка.	2	5.12	

29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом. Финт переступанием.	2	11.12	
30	Финт ударом. Финт «Кроифа»	2	12.12	
31	Финт остановкой с уходом в сторону.	2	18.12	
32	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Игра в квадрат	2	19.12	
33	Теория Тактические действия в нападении	2	25.12	
34	Двухстороння игра (Соревнование)	2	26.12	
35	Двухстороння игра	2	15.01	
36	Общая физическая подготовка	2	16.01	
37	Дриблинг и финты	2	22.01	
38	Квадрат 4 в 2 с ограничением касаний.	2	23.01	
39	Передачи в движении	2	29.01	
40	Жонглирование, удары. Ведение змейкой.	2	30.01	
41	Игра 1 в 1	2	5.02	
42	Эстафеты с мячами	2	6.02	
43	Стандартные положения. Игра по заданиям.	2	14.02	
44	Стандартные положения	2	15.02	
45	Двухсторонняя игра	2	19.02	
46	Двухсторонняя игра	2	20.02	
47	Игра в атаке 3 в 2. Жонглирование.	2	26.02	
48	Теория Стандартные положения	2	27.02	
49	Теория Стандартные положения	2	5.03	
50	Ведение мяча в различных направлениях.	2	6.03	
51	Основные правила игры в футбол. Технические действия в движении.	2	12.03	
52	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы, удар с обработкой мяча .	2	13.03	
53	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Удары.	2	19.03	
54	Ведение мяча спиной вперед.	2	20.03	
55	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	2	26.03	
56	Удар носком	2	27.03	
57	Удар серединой лба на месте	2	2.04	
58	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2	3.04	
59	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника. Передачи верхом и низом.	2	9.04	

60	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	2	10.04	
61	Удар по летящему мячу внутренней и внешней стороной стопы.	2	16.04	
62	Двухсторонняя игра	2	17.04	
63	Квадрат 4 в 2. Выход 2 в 1.	2	23.04	
64	Передачи в движении. Квадрат. Игра.	2	24.04	
65	Жонглирование, передачи. Квадрат. Игра.	2	30.04	
66	Дриблинг и финты. Остановка мяча с лёта.	2	7.05	
67	Эстафеты с мячами	2	8.05	
68	Двухсторонняя игра. Удары с места.	2	14.05	
69	Удар по летящему мячу внутренней стороной и внешней стороной стопы.	2	15.05	
70	Двухсторонняя игра. Игра « Сохрани мяч»	2	21.05	
71	Эстафеты с мячами. Челночный бег.	2	22.05	
72	Двухсторонняя игра. Подведение итогов.	2	28.05	

Содержание обучения

Тема «Основные правила игры в футбол». (2 часа)

Теория: Ознакомление с правилами. Рассказ и демонстрация их на поле.
Работа на платформе: <https://resh.edu.ru/>

Тема «Техническая подготовка». (100 часов)

Теория: Назвать упражнение, показать, рассказать в какой игровой ситуации применяется, показать в медленном темпе. Работа на платформе: <https://resh.edu.ru/>

Практика: Остановки разным способом, удары, передачи, дриблинги и финты, квадраты.

Тема «Учебная игра». (30 часов)

Теория: Поделить ребят на команды в зависимости от уровня подготовки.

Практика: Игра по заданиям педагога, игра по упрощённым правилам.

Тема «общая физическая подготовка». (12 часов)

Практика: Общеразвивающие упражнения, специальные беговые упражнения, челночный бег, спринтерский и кроссовый бег.

3. Оценочные и методические материалы

Форма подведения итогов: Учёт участия в соревнованиях и подведения итогов.

Формы проведения занятий: используются активные формы обучения (индивидуальная, фронтальная, групповая, коллективная, игровая, поточная)