

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 2»

Принята на заседании  
педагогического совета «ДЮСШ №2»  
протокол №1 от 30.08.2024г.



Утверждаю  
Директор «ДЮСШ №2»  
С.И. Двоглазов  
Приказ № 43 от 30.08.2024г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

Приложение  
к дополнительной, общеразвивающей программе по футболу  
для спортивно-оздоровительной группы.

Составитель:  
Тренер-преподаватель по футболу  
Жигалов Евгений Михайлович  
Филиал СШ №19 р.п. Огарёвка

г. Советск, 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа «**ФУТБОЛ В ШКОЛЕ**» разработана на 2024-2025 учебный год в соответствии: с Федеральным законом от 29 декабря 2012года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Ред. От 26.07.2019г.).

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (вместе с СанПиН 1.2.3685-21. Санитарные правила и нормы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 29.01.2021г. №62296);

Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

**Основным приоритетом МБУ ДО «Детско-юношеской спортивной школы №2» является сохранения условий для решения главной цели – сделать спорт массовым и доступным большому числу детей.**

**Футбол** - самый популярный командный вид спорта в мире, дети любят играть в футбол во дворе своего дома, на спортивной площадке в спортивном зале и как хорошо после уроков мальчишкам поиграть в футбол, а потом на свежую голову сделать все уроки, ведь благодаря регулярным занятиям физическими упражнениями у детей развивается крепкий иммунитет, стрессоустойчивость, они становятся бодрыми и активными, а значит здоровыми.

**Программа** направлена на повышение уровня физической подготовленности обучающегося, освоение теоретических основ футбола, обучение и методику преподавания техники и тактики футбольного мастерства. Организацию и проведение соревнований, товарищеских встреч по футболу.

### **ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ:**

- **обучающие:** обучение основным приёмам техники игры и тактическим действиям;
- приобретение знаний в области гигиены и медицины;
- приобретение необходимых понятий и теоретических сведений по футболу.
- **воспитательные:** воспитание специальных способностей (быстроты, ловкости,силы); воспитание у обучающихся высоких нравственных качеств, умение контролировать своё психическое состояние, потребности к систематическим занятиям спортом.
- **развивающие:** развитие двигательных способностей;
- повышение функционального состояния всех систем организма;
- укрепление здоровья, закаливание организма.

**ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ** Овладение основами футбола. Укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности в избранном виде спорта, соблюдение здорового образа жизни.

**РЕЗУЛЬТАТ ПРОГРАММЫ** Занимающийся по данной программе должен знать:- меры безопасности и правила поведения на тренировочном занятии по футболу, профилактику травматизма, владеть навыками страховки и самостраховки;

- правильно пользоваться спортивным инвентарём и оборудованием;
- элементарную классификацию и терминологию технических приёмов;
- основные недостатки в технике футболистов и пути их устранения.

### **уметь выполнять;**

- удары по мячу ногами, головой;
- остановку мяча;
- ведения мяча;

- обводки;
- ложные движения финтов;
- отбор мяча;
- выбрасывание мяча;
- основные технические приёмы игры вратаря.

**должен приобрести навыки:**

- техники владения мячом, применять её в конкретных игровых ситуациях;
- тактики игры в защите: «зона», «опека», комбинированная оборона;
- тактики отбора мяча;
- тактических вариантов в нападении и защите.

Уровень сложности рабочей программы	Базовый
Адрес, по которому реализуется программа	п. Огрёвка ул.1-ая Клубная д.10 «Новоогарёвская средняя школа №19»
Возраст обучающихся группы	8-17 лет
Направленность программы	Физкультурно - спортивная
Наличие медицинского заключения	Медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для занятий спортом
Адаптация программы для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья	Не адаптирована
Нормативный срок обучения по программе	2 года
Режим работы в соответствии с расписанием	Вторник: 17.30-19.30 Среда: 17.30-19.30 Пятница: 17.30-19.30
ФИО педагога	Жигалов Евгений Михайлович
Квалификационная категория	соответствие
Форма обучения	Очная
Применение дистанционных технологий	Не применяется
Форма организации образовательной деятельности	Групповая
Количество обучающихся в группе	16

**Годовой учебный план и график распределения учебных часов  
для группы НП-2-го года обучения  
программа «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ». 8-17 лет  
Тренер-преподаватель: ЖИГАЛОВ ЕВГЕНИЙ МИХАЙЛОВИЧ.**

**Тематический учебный план**

№ п\п	Содержание материала	Группа НП-2
1	Физическая культура и спорт в России	0, 5
2	Развитие футбола в России и за рубежом	0, 5
4	Гигиенические знания и навыки, заключение. Режим и питание спортсмена	1
5	Врачебный контроль и самоконтроль. Первая помощь. Спортивный массаж.	1
6	Общая и специальная физ. Подготовка	
7	Техническая подготовка	1
8	Тактическая подготовка футболиста	1
9	Психологическая подготовка футболиста	1
10	Правила игры. Организация и проведение соревнований.	1
11	Места занятий, оборудование, инвентарь.	1
	<b>Итого часов</b>	<b>8</b>
1	Общая физическая подготовка	87
2	Специальная физ. Подготовка	48
3	Изучение и совершенствование техники игры	110
4	Изучение и совершенствование тактики игры	40
5	Учебные и тренировочные игры	50
6	Инструкторская практика	
7	Текущие и контр. испытания, переводные экзамены	8
	<b>Итого часов</b>	<b>343</b>
	<b>Всего часов</b>	<b>351</b>

**Годовой график распределения учебных часов  
для группы НП-2 по футболу.**

**программа «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ». 8-17 лет  
Тренер-преподаватель: ЖИГАЛОВ ЕВГЕНИЙ МИХАЙЛОВИЧ.**

<b>Содержание занятий</b>	<b>декабрь</b>	<b>Январь</b>	<b>Февраль</b>	<b>Март</b>	<b>Апрель</b>	<b>Май</b>	<b>Июнь</b>	<b>Июль</b>	<b>Август</b>	<b>Сентябрь</b>	<b>Октябрь</b>	<b>Ноябрь</b>	<b>Всего часов</b>
<b>Теоретические занятия</b>	1		1	1	1	1				1	1	1	8
<b>Практические занятия</b>													
<b>Общая физическая подготовка</b>	8	8	8	8	8	8	8	4	4	8	8	7	87
<b>Специальная физическая подготовка</b>	5	4	4	5	5	5	5	4	4	5	4	4	54
<b>Изучение и совершенствование техники игры</b>	7	7	6	7	7	6	7	7	12	11	12	11	100
<b>Изучение и совершенствование тактики игры</b>	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	44
<b>Учебные и тренировочные игры</b>	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	50
<b>Инструкторская практика</b>													
<b>Текущие и контрольные испытания, переводные экзамены</b>						4				4			8
<b>Итого часов</b>	<b>28</b>	<b>26</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>28</b>	<b>31</b>	<b>29</b>	<b>23</b>	<b>28</b>	<b>37</b>	<b>32</b>	<b>29</b>	<b>351</b>