

Комитет по образованию Санкт-Петербурга  
Администрация Красносельского района Санкт-Петербурга  
ГБОУ СОШ №549

**РАССМОТРЕНА**  
Педагогическим советом  
Протокол № 1 от 29.08.2025 г.



**УТВЕРЖДЕНА**  
Приказом № 157-од  
от 29.08.2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ФУТБОЛ»**

Возраст обучающихся: 8-12 лет  
Срок освоения: 1 год

Разработчик:  
**Марусич Артем Борисович**,  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Направленность программы - **физкультурно-спортивная**.

**Актуальность программы** заключается в современной жизненной необходимости вовлечения современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, в спортивные секции. В условиях агрессивной информационной среды программа «**Футбол**» способствует формированию позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия. Занятия футболом способствуют повышению самооценки учащегося.

Тренируясь в неформальной обстановке, ребёнок более раскрепощается, обнаруживает свои скрытые возможности по формированию логического мышления.

Программа дает возможность заняться футболом тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «футбол» в школе, уделяет большое внимание вопросу воспитания и развития потребности к здоровому образу жизни, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Способствует воспитанию гармоничного человека с эмоционально-волевой устойчивостью к неблагоприятным факторам.

В процессе занятий большое значение уделяется и интеллектуальному воспитанию, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

**Отличительные особенности** образовательной программы заключаются в том, что данная программа позволяет развивать ключевые компетентности средствами дополнительного образования; концентрировать педагогическое внимание на индивидуальных интересах обучающихся, своевременно идентифицировать проблемы обучения; осуществлять реальную педагогическую поддержку детей в достижении ими поставленных образовательных целей; реализовать права каждого воспитанника на выбор содержания, способов и темпа освоения образовательной программы; конструировать оптимальный учебно-методический комплекс программы дополнительного образования детей.

**Адресат программы:** программа ориентирована на учащихся 8-12 лет.

**Уровень освоения** – общекультурный

**Объем и срок реализации программы** – 1 год (144 ч.)

**Цель программы:** организация двигательной деятельности и целенаправленного формирования личности детей; развитие их познавательных способностей, сенсорных систем, психики (внимания, памяти, эмоций, мышления, речи), интересов, потребностей через занятия футболом.

Основными задачи программы «Футбол» являются:

Обучающие

- обучение устойчивости вертикальной позы, сохранение равновесия и уверенной походки;
- обучение способности соизмерять и регулировать свои действия в пространстве, выполняя их точно, свободно, без напряжения и скованности;
- организация образовательного процесса в системе занятий, обеспечивающих овладение основным навыкам поведения на игровой площадке;

Развивающие

- обучение воспитанников техническим и тактическим приемам футбола;
- формирование представлений об оздоровлении организма, о регулировании своей физической нагрузки.

Обучающие

- обеспечение полноценного физического развития детей, повышение двигательной активности;
- развитие физических качеств: координации движения, быстроты, силы, ловкости, гибкости, выносливости;
- развитие, восстановление и совершенствование психофизических способностей;

- развитие навыков ведения здорового образа жизни, соблюдения режима дня самоорганизации, самоуправления, самоконтроля;
- развитие мотивации и творческого отношения к заинтересовавшему детей виду спорта;
- развитие коммуникативных умений и навыков общения в социуме;
- формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями вовремя игрового досуга.

#### Воспитательные

- воспитание гармонически развитого ребенка;
- воспитание волевых качеств у подростков посредством занятий футболом;
- воспитание основных гигиенических факторов (гигиенические требования к процессу обучения, соблюдение режима дня, физической нагрузки и т.д.);
- воспитание культуры общения, творческого взаимодействия в коллективе, в обществе;
- воспитание целеустремленности и настойчивости в самореализации, самосовершенствовании и самовыражении в социуме.

#### *Организационно-педагогические условия реализации программы:*

- *язык реализации программы:* русский
- *условия набора учащихся:* для обучения по программе принимаются учащиеся в возрасте 9-10 лет независимо от уровня подготовленности на основании заявления от родителей (законных представителей) ребенка. Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью и не имеющие явных физических предпосылок к занятию спортом.
- *условия формирования групп:* для обучения по программе принимаются учащиеся в возрасте 9-10 лет независимо от уровня подготовленности на основании заявления родителей (законных представителей) ребенка. В коллектив принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью и не имеющие явных физических предпосылок к занятию спортом.
- *количество детей в группе:* 15 человек.
- *особенности организации образовательного процесса:* Основной формой образовательного процесса является занятие, которое включает в себя часы теории и практики-тренировки. В связи со сложной эпидемиологической обстановкой возможно использование или включение дистанционных образовательных занятий. При обучении используются основные **методы организации и осуществления учебно-познавательной работы**, такие как **словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно- поисковые**.

Выбор методов (способов) обучения зависит о психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

- *формы организации деятельности учащихся на занятии:* формы организации детей на занятиях- групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая. Режим занятия- занятия проводятся **2 раза в неделю по 2 часа**. Формы проведения занятий: практическая, комбинированная, соревновательная, аудиторные, внеаудиторные занятия и дистанционное обучение

- *материально-техническое оснащение:* футбольные мячи на каждого обучающегося; набивные мячи - на каждого обучающегося; перекладины для подтягивания в висе – 5-7 штук, гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося, футбольные ворота; резиновые эластичные бинты на каждого обучающегося; гимнастические маты;

гантели; волейбольные, баскетбольные и теннисные мячи. Спортивные снаряды: гимнастические скамейки – 5-7 штук, гимнастическая стенка – 15 пролетов. Фишки

- *кадровое обеспечение:* программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования»

### **Планируемые результаты:**

В процессе обучения по данной программе учащиеся должны добиться следующих результатов:

#### ***Личностные результаты***

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

#### ***Метапредметные результаты***

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

#### ***Предметные результаты***

- формирование знаний о футболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

### **По окончании обучения, учащийся должны:**

- Знать общие основы игры в футбол.
- Расширять представление о технических приемах в футболе.
- Научиться правильно распределять свою физическую нагрузку.
- Получить навыки технической подготовки Футболиста.
- Уметь играть по упрощенным правилам игры.
- Овладеть понятиями терминологии и жестикуляции в игре.

### **Освоить техники:**

- перемещений, стоек футболиста в нападении и в защите;
- ведение мяча различными способами;
- удары по мячу обеими ногами;

**Учебный план образовательной программы  
«Футбол»**

№ п/п	Название тем	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		всего	теория	практика	
1	Общие основы футбола, ОТ. Правила игры.	8	8		Вводный, положение о Соревнованиях по футболу.
2	Общефизическая подготовка.	20	4	16	Тестирование, карточкисудьи, протоколы
3	Специальная подготовка.	24	4	20	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест.
4	Техническая подготовка.	28	8	20	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование
5	Тактическая подготовка.	28	8	20	Зачет, тестирование, учебная игра, промежуточный тест, соревнование
6	Игровая подготовка.	20	4	16	Учебная игра, промежуточный отбор
7	Контрольные и календарные игры.	16	4	12	Учебная игра, промежуточный отбор, соревнование
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>40</b>	<b>104</b>	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 549 с углубленным изучением английского языка  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБОУ СОШ № 549)



УТВЕРЖДЕН  
Приказом №157-од от 29.08.2025

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
«Футбол»  
на 2025-2026 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2025	31.05.2026	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа

Продолжительность учебного часа составляет 40 минут