

Муниципальное учреждение «Отдел образования
Урус-Мартановского муниципального района Чеченской Республики»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 с. Алхазурово»
Урус-Мартановского муниципального района
(МБОУ «СОШ № 2 с. Алхазурово»)

Нохчийн Республикан «Хьалха-Мартан кӀоштан
дешаран урхалла» муниципальни учреждени
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«Олхазар-кӀотарара № 2 йолу йуккъера йукъарадешаран школа»
(МБЙУ «Олхазар-кӀотарара № 2 йолу ЙЙШ»)


ВЫПИСКА

из основной образовательной программы основного общего образования

Выписка верна

29.08.2025

Директор


Л.А.Турпалова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

спортивной секции

«Футбол»

2025 – 2026 учебный год

Всего часов - 51

Количество часов в неделю 1,5

Составитель Рабочей программы: Джукалаев Руслан Мурванович

с. Алхазурово, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения, и имеет **физкультурнооздоровительную** направленность. Программа разработана с помощью комплексной программы физического воспитания учащихся 1–11 классов образовательных учреждений **В.И. Ляха** и предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы. Программа рассчитана на 51 час в год (1.5 часа в неделю) и реализуется в течение 34 учебных недель. Возраст обучающихся: 7 – 13 лет.

Футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Выбор спортивной игры – футбол – определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью в городе.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой

и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В этом и состоит **актуальность** программы, так как в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Новизна программы состоит в том, что это первая рабочая программа, строящаяся на использовании в процессе обучения футболу интерактивных досок или проекторов («интерактивных стен»). Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков и привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия основывается на использовании в процессе обучения ЭУМП «Футбол. 5-11 кл.» (технология применения компьютерного средства обучения по изучению техники футбола, автор Храмов В.В., УО «ГрГУ имени Я. Купалы»), а также авторской методики применения «электронных ворот» (см. Приложение).

Цель данной образовательной программы: оздоровление, физическое и психическое развитие занимающихся на основе их творческой активности; формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

Образовательные

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (футбол);

- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить учащихся технике и тактике футбола.

Оздоровительные

- обеспечить возможность обучающимся вести здоровый и безопасный образ жизни средствами футбола;
- развить основные физические качества;
- сформировать жизненно важные двигательные умения и навыки.

Воспитательные

- способствовать развитию социальной активности обучающихся: воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;
- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;
- пропаганда здорового образа жизни.

Формы занятий:

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Форма организации деятельности: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная, фронтальная. С целью максимальной реализации программы широко используется способ проведения занятий в игровой форме. Занятия имеют практическую направленность, теоретическая часть включается в каждое занятие в виде использования ЭУМП «Футбол. 5-11 кл.» (автор Храмов В.В., УО «ГрГУ имени Я. Купалы»). Во время практических занятий применяются разнообразные методы ведения тренировки: репродуктивный, поточный, игровой и соревновательный, а также авторский метод с использованием электронных ворот (см. Приложение).

Ожидаемые результаты:

- ☐ овладение учащимися тактикой и техникой спортивной игры «футбол»;
- ☐ укрепление здоровья, улучшение физического развития;
- ☐ обогащение двигательного опыта;
- ☐ расширение кругозора учащихся;
- ☐ повышение адаптивных возможности организма: противостояние условиям внешней среды стрессового характера;
- ☐ привитие стойкого интереса к занятиям спортом.

Формы подведения итогов:

Основной показатель работы секции по футболу – выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно–качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям, результаты участия в которых также станут показателем работы секции.

УЧЕБНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п/п | Название тем | Количество часов (занятий) | | |
|----------|---------------------------|----------------------------|----------|-------|
| | | теория | практика | всего |
| 1 | Теоретические сведения | 3 | - | 3 |
| 2 | Общефизическая подготовка | - | 10 | 10 |
| 3 | Специальная подготовка | 2 | 4 | 6 |
| 4 | Техническая подготовка | | 10 | 10 |
| 5 | Тактика игры | 2 | 6 | 8 |
| 6 | Учебные игры | 2 | 10 | 12 |

| | | | | |
|---|---|---|---|----|
| 7 | Организация и проведение спортивных мероприятий | - | 2 | 2 |
| | Всего | | | 51 |

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

| № | Раздел | Содержание |
|---|---------------------------------|--|
| 1 | История футбола | Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена. |
| 2 | Передвижения и остановки | Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки) |

| | | |
|---|-----------------------|--|
| 3 | Удары по мячу | <p>Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.</p> <p>Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема.</p> <p>Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема.</p> <p>Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.</p> <p>Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы.</p> <p>Удары по летящему мячу серединой подъема.</p> <p>Удары по летящему мячу серединой лба.</p> <p>Удары по летящему мячу боковой частью лба.</p> <p>Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель.</p> <p>Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.</p> |
| 4 | Остановка мяча | Остановка катящегося мяча внутренней стороной |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p>стопы и подошвой.</p> <p>Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы.</p> <p>Остановка мяча грудью.</p> <p>Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.</p> |
|--|--|---|

| | | |
|----|--|--|
| 5 | Ведение мяча и обводка | <p>Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника).</p> <p>Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.</p> <p>Ведение мяча с активным сопротивлением защитника.</p> <p>Обводка с помощью обманных движений (финтов).</p> |
| 6 | Отбор мяча | Выбивание мяча ударом ногой. |
| 7 | Вбрасывание мяча | Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. |
| 8 | Игра вратаря | <p>Ловля катящегося мяча.</p> <p>Ловля мяча, летящего навстречу.</p> <p>Ловля мяча сверху в прыжке.</p> <p>Отбивание мяча кулаком в прыжке.</p> <p>Ловля мяча в падении (без фазы полёта).</p> |
| 9 | Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом | Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам. |
| 10 | Тактика игры | Тактика свободного нападения. |

**Тематическое планирование секции «футбол» (51 час)
(1 год обучения)**

| № | Содержание материала | Кол-во часов | Дата | |
|----|---|--------------|----------|--------|
| | | | по плану | фактич |
| 1 | Т/Б на спортивных играх. Организационный момент. | 1.5 | 5.09 | |
| 2 | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы | 1.5 | 12.09 | |
| 3 | Ведение мяча | 1.5 | 19.09 | |
| 4 | Удар по катящемуся мячу внешней и внутренней частью подъема | 1.5 | 26.09 | |
| 5 | Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника | 1.5 | 03.10 | |
| 6 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | 1.5 | 10.10 | |
| 7 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника | 1.5 | 17.10 | |
| 8 | Обманные движения (финты) | 1.5 | 24.10 | |
| 9 | Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы | 1.5 | 7.11 | |
| 10 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | 1.5 | 14.11 | |
| 11 | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема | 1.5 | 21.11 | |
| 12 | Резаные удары | 1.5 | 28.11 | |
| 13 | Удар по мячу серединой лба | 1.5 | 05.12 | |
| 14 | Удар боковой частью лба | 1.5 | 12.12 | |
| 15 | Остановка катящегося мяча подошвой | 1.5 | 19.12 | |
| 16 | Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы | 1.5 | 26.12 | |

Муниципальное учреждение «Отдел образования
Урус-Мартановского муниципального района Чеченской Республики»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 с. Алхазурово»
Урус-Мартановского муниципального района
(МБОУ «СОШ № 2 с. Алхазурово»)

Нохчийн Республикан «Хьалха-Мартан кӀоштан
дешаран урхалла» муниципальни учреждени
Муниципальни бюджетни йукъарадешаран учреждени
«Олхазар-кӀотарара № 2 йолу йуккъера йукъарадешаран школа»
(МБЙУ «Олхазар-кӀотарара № 2 йолу ЙЙШ»)

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО

Протокол от 29.08.2025 № 1

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по УВР


Ацаева А.М.
29.08.2025

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ «СОШ № 2 с. Алхазурово»
 Л.А.Турпалова

Приказ от 29.08.2025 № 183

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

спортивной секции «Футбол»

2025 – 2026 учебный год

Всего часов 51

Количество часов в неделю 1,5

с. Алхазурово, 2025

| | | | | |
|----|---|-----|-------|--|
| 17 | Остановка мяча грудью | 1.5 | 9.01 | |
| 18 | Совершенствование техники ведения мяча | 1.5 | 16.01 | |
| 19 | Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо | 1.5 | 23.01 | |
| 20 | Отбор мяча подкатом | 1.5 | 30.01 | |
| 21 | Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. Учебная игра. | 1.5 | 06.02 | |
| 22 | Игра вратаря. Ловля мяча летящего навстречу. Учебная игра. | 1.5 | 13.02 | |
| 23 | Ловля мяча в падении и сверху в прыжке. Учебная игра. | 1.5 | 20.02 | |
| 24 | Отбивание мяча кулаком в прыжке. Учебная игра. | 1.5 | 27.02 | |
| 25 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом | 1.5 | 05.03 | |
| 26 | Финт ударом | 1.5 | 12.03 | |
| 27 | Финт остановкой | 1.5 | 19.03 | |
| 28 | Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите | 1.5 | 02.04 | |
| 29 | Тактические действия в нападении | 1.5 | 09.04 | |
| 30 | Двухсторонняя игра (Соревнование) | 1.5 | 16.04 | |
| 31 | Двухсторонняя игра (Соревнование) | 1.5 | 23.04 | |
| 32 | Товарищеская встреча с командой спортшколы | 1.5 | 30.04 | |
| 33 | Сдача нормативов | 1.5 | 07.05 | |
| 34 | Сдача нормативов | 1.5 | 14.05 | |
| 35 | Задание на лето | 1.5 | 21.05 | |