МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ростовской области

Отдел образования Администрации Матвеево-Курганского района

МБОУ Кульбаковская сош

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДЕНА
Педагогический совет	Руководитель ШМО учителей физической культуры, труда (технологии) и ОБЗР	Директор
Протокол № 1 от "26" августа 2026 г.	Марченко Г.В. Протокол № 1 от "26" августа 2026 г.	Третьякова В.С. Приказ № 122 от "26" августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по кружковой деятельности
«Футбол»

Кульбаково 2026

Пояснительная записка.

Направленность программы: Физкультурно-спортивная.

Профиль: Футбол

Вид программы: Модифицированная.

Уровень: Базовый.

Отличительные особенности программы: Развитие у детей нравственных и волевых качеств: дисциплинированности, доброжелательному отношению к товарищам, отзывчивости, смелости в выполнении упражнений.

Актуальностью данного кружка является обучение школьников основными видами спорта, развитие физических качеств.

Целью занятий в кружке являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой игры в мини-футбол; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Задачи:

-укрепление здоровья и закаливание организма;

-привитие интереса к систематическим занятиям мини-футболом;

-обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;

-овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в мини-футбол;

-освоение процесса игры в соответствии с правилами мини-футбола;

-участие в соревнованиях по мини-футболу;

-изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории мини-футбола, технике и тактике, правил игры в мини-футбол.

Адресат программы: кружок рассчитан на мальчиков 7-11 лет.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Виды занятий: Игры, соревнования.

Ожидаемые результаты: о*жидаемый результат обучения по данной программе предполагает:*

-Успешную сдачу контрольных нормативов по ОФП

-Индивидуальный рост физподготовки учащихся

-Высокий уровень морально-волевых качеств и систему ценностных ориентаций.

-Готовность дальнейшего совершенствования спортивного мастерства в других учебных заведениях по данному виду спорта.

Обучающиеся знают:

- теорию игры в футбол

- гигиену спортсмена

- историю развития футбола

Обучающиеся умеют:

- владеть основами техники и тактики игры в каждой возрастной группе.

- участвовать в соревнованиях разного уровня.

Учащиеся смогут решать следующие жизненно-практические задачи:

- правильно организовать свой досуг

- вести здоровый образ жизни

Воспитанник способен проявить следующие отношения:

- уважительно вести себя по отношению к преподавателю и др. членам кружка

- доброжелательно относиться к сопернику

- уметь правильно реагировать на похвалу и критику

Методы отслеживания результативности:

-*педагогическое наблюдение*;

-*педагогический анализ* результатов участия в мероприятиях (соревнованиях)

-*педагогический мониторинг* (диагностика личностного роста по итогам сдачи

Формы подведения итогов представлены в виде портфолио достижений обучающихся.

Содержание программы.

1.Бег. Техника безопасности. Ходьба с переходом на бег по прямой. Бег с переходом на ходьбу и вновь на бег. Бег с изменением направления или обеганием поворотных стоек, кеглей, конусов. Эстафеты с бегом спиной вперед, скрестным и приставным шагом, с обеганием препятствий.

2.Прыжки. Прыжки на одной или двух ногах с продвижением вперед. Многократные прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед. Прыжки на двух ногах с поворотом в разные стороны на 90*, 180*, 360*. Прыжки с доставанием головой высоко подвешенного предмета

3.Остановки. Остановка выпадом после бега с ускорением и рывком. Остановка выпадом после бега приставным шагом. Медленный бег и остановка выпадом.

4.Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. Бег, остановка, поворот на 180*- ускорение 15-20 метров. Прыжок с поворотом на 180* - ускорение 10 метров, медленный бег (или ходьба) Бег лицом вперед - поворот на 180*, бег спиной вперед, поворот на 180*, скоростной рывок 10-15 метров

5.Техника и обучение технике владения мячом. Удары, остановки, ведение мяча. Обманные движения (финты), отбор мяча. Подход к мячу и замах, удар по мячу, сопровождение мяча (вынос ноги вперед).Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Имитация удара по мячу стоя на месте с разворотом стопы наружу на 90*.Имитация удара по мячу стоя слева от мяча на расстоянии одной ступни. Удары по неподвижному мячу с прямого разбега с одной или нескольких шагов в стену с расстояния 5-7 метров Удары по неподвижному мячу в цель с расстояния 8-10 м. после разбега. Удары в цель по мячу, катящемуся сбоку, навстречу (после передачи партнером).

6.Удары по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема. Имитация удара по неподвижному мячу. Удар по неподвижному мячу с места и с шага. Удар по неподвижному мячу с разбега. Удар средней частью подъема в руки партнера.

7.катящегося мяча внутренней стороной стопы. Имитация остановки катящегося мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы после передачи партнера**.** В парах Остановки и передачи мяча**.** Встречная эстафета с остановкой и передачей мяча на 8-10 м.

8.Остановка катящегося мяча подошвой. В парах. Стоя на месте, остановка подошвой катящегося навстречу мяча после передачи партнера с 5-6 м. направить мяч низом в стену и остановить его подошвой после отскока. Остановка и передача мяча. Встречная эстафета с остановкой и передачей мяча на 8-10м.

9.Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема. Ведение слабо накачанного мяча по прямой линии в ходьбе и медленном беге. Ведение мяча по «коридору» шириной 1м, поочередно подбивая мяч правой и левой ногой. Ведение мяча по кругу диаметром 3-4 м, правой ногой влево, левой ногой вправо. Ведение мяча «змейкой», огибая с правой и с левой стороны поворотные стойки.

10.Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча в момент приема мяча соперником. Отбор мяча в момент приема мяча соперником или во время его ведения. В парах. Выбивание мяча у партнера на ограниченной площадке. В парах Выбивание мяча у партнера на ограниченной площадке

11.Ловля катящегося мяча вратарем. Бросок мяча в стенку так, чтобы отскочив, он катился по земле, сомкнуть ноги и подобрать мяч**.** Ловля мяча вратарем в воротах.

12.Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Передачи мяча во встречных колоннах. Передача мяча в треугольнике со сменой мест. Передача мяча в беге без смены мест. Передача мяча друг другу после ведения.

13.Тактика игры. Восприятие и анализ соревновательной ситуации. Мысленное решение тактической задачи. Двигательное решение тактической задачи.

14.Индивидуальные тактические действия. Перемещения игроков по полю произвольно, меняя направление и скорость движения**.** Отбор мяча у владеющего игрока на ограниченной площадке.

15.Групповые тактические действия. Игра два против одного (2:1).Игра три против одного (3:1) на ограниченной площадке Игра 3:1 в одни ворота на ограниченной площадке. Игра (3:2) на площадке 20х20 м.

16.Игра по правилам. Игра по правилам.

Календарный учебный график

№	Наименование раздела, тема урока	Количество часов	Дата
	1. Техника передвижений		
1	**1.1. Бег (4 часа)** Техника безопасности. Ходьба с переходом на бег по прямой.	2,25	07.09.2026
	Бег с переходом на ходьбу и вновь на бег. Бег с изменением направления или обеганием конусов.	2,25	14.09.2026
2	**1.2. Прыжки (2 часа)** Многократные прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед. Прыжки на двух ногах с поворотом в разные стороны на 90*, 180*, 360*.	2,25	21.09.2026
4	**1.3. Остановки (4 часа).** Остановка выпадом после бега с ускорением и рывком.	2,25	28.09.2026

	Остановка выпадом после бега приставным шагом. Медленный бег и остановка выпадом.	2,25	05.10.2026
4	**1.4. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (4 часа)** Бег, остановка, поворот на 180*- ускорение 15-20 метров.	2,25	12.10.2026
	Прыжок с поворотом на 180* - ускорение 10 метров, медленный бег (или ходьба)	2,25	19.10.2026
	2.Техника владения мячом		
5	***2.1. Техника и обучение технике владения мячом (8 часов)*** Удары, остановки, ведение мяча. Подход к мячу и замах, удар по мячу, сопровождение мяча (вынос ноги вперед).	2,25	09.11.2026
	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы.	2,25	16.11.2026
	Удары по неподвижному мячу с прямого разбега с одной или нескольких шагов в стену с расстояния 5-7 метров	2,25	23.11.2026
	Удары по неподвижному мячу в цель с расстояния 8-10 м. после разбега.	2,25	30.11.2026
6	**2.2. Удары по неподвижному и катящемуся мячу серединой подъема (4 часа)** Имитация удара по неподвижному мячу.	2,25	07.12.2026

	Удар по неподвижному мячу с места и с разбега.	2,25	14.12.2026
7	**2.3. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы (4 часа)** Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы после передачи партнера**.**	2,25	21.12.2026
	Встречная эстафета с остановкой и передачей мяча на 8-10 м.	2,25	28.12.2026
8	**2.4. Остановка катящегося мяча подошвой (4 часа)** Остановка подошвой катящегося навстречу мяча после передачи партнера с 5-6 м.	2,25	11.01.2027
	Остановка и передача мяча.	2,25	18.01.2027
9	**2.5. Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема (4 часа)** Ведение мяча по «коридору» шириной 1м, поочередно подбивая мяч правой и левой ногой..	2,25	25.01.2027
	Ведение мяча «змейкой», огибая с правой и с левой стороны поворотные конусы.	2,25	01.02.2027
10	**2.6. Выбивание мяча ударом ногой (4 часа)** Отбор мяча в момент приема мяча соперником или во время его ведения.	2,25	08.02.2027
	Выбивание мяча у партнера на ограниченной площадке	2,25	15.02.2027

11	**2.7. Ловля катящегося мяча вратарем (2час)** Бросок мяча в стенку так, чтобы отскочив, он катился по земле, сомкнуть ноги и подобрать мяч**.** Ловля мяча вратарем в воротах.	2,25	20.02.2027
12	**2.8. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом (4 часа)** Передача мяча в треугольнике со сменой мест.	2,25	01.03.2027
	Передача мяча друг другу после ведения.	2,25	15.03.2027
	3.«Тактические действия в футболе»		
13	**3.1. Тактика игры (2 часа)** Восприятие и анализ соревновательной ситуации. Двигательное решение тактической задачи	2,25	22.03.2027
14	**3.2. Индивидуальные тактические действия (4 часа)** Перемещения игроков по полю произвольно, меняя направление и скорость движения**.**	2,25	05.04.2027
	Отбор мяча у владеющего игрока на ограниченной площадке.	2,25	12.04.2027
15	**3.3. Групповые тактические действия (4 часа)** Игра два против одного (2:1).	2,25	19.04.2027
	Игра 3:1 в одни ворота на ограниченной площадке.	2,25	26.04.2027
16	**3.4. Игра по правилам (4 часа)** Игра по правилам.	2,25	17.05.2027
	Игра (3:2) на площадке 20х20 м.	2,25	24.05.2027

Методическое обеспечение

1.Методическое сопровождение программы

Объяснение (рассказ), показ упражнения (технического или тактического приёма), разучивание (повторения упражнения, анализ выполненных движений).

Методика выполнения упражнений для развития физических качеств: быстроты, ловкости, силы и выносливости.

2.Диагностические материалы

Тесты-упражнения

Игра

Контрольная работа

3.Дидактические материалы

Спортивный зал

Открытое футбольное поле

Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная)

Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);

Комплект футбольных мячей (на команду);

Набивные мячи;

Скакалки;

Насос для накачки мячей;

Стойки и «пирамиды» для обводки;

Гимнастические маты;

Ворота для отработки точности передач;

Список использованной литературы:

1. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ: Минск, 1992

2. Программа и методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах. Госкомспорт, Олимпийский Комитет России, РФС М.: 1996.

3. Системы подготовки спортивного резерва / под общ.ред.Никитушкина В.Г.- М.: Квант-С,1994.

4. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, -1998

Список литературы для педагогов:

Б.Г. Чирва «Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Массимо Люкези «Обучение системе игры 4-3-3» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Б.Г. Чирва «Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Робин Джоунс, Том Трэнтер «Футбол. Тактика защиты и нападения» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Мартин Бидзинский « Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста». Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г

Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.

Список литературы для учащихся:

Учебник по физкультуре В. И. Ляха, А. А. Зданевича

Список литературы для родителей:

«Разминка футболиста» В.Варюшин ,М.,РГАФК, 2000

Список интернет-ресурсов:

1. www.football.kulichki.net

2. www.soccer.ru