Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
муниципального образования «Городской округ закрытое административно - территориальное образование Знаменск Астраханской области» «Средняя общеобразовательная
школа № 234»

Рассмотрено на заседании МО	«Согласовано»	«Утверждаю»
Приказ 141-К	зам .директора по ВР	Директор школы
от 25.08.26г	_____Е.Г.Семихова	_____Т.Г.Нечаева
	«__25_» _08___2026 г.	«__25_» _08___2026 г.

Дополнительная общеобразовательная программа

спортивной секции

«Юные футболисты»

срок реализации 1 год

возрастная категория учащихся - 7 - 10 лет

Составитель: руководитель кружка
Белоконюк Галина Федоровна

г. Знаменск 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Футбол в школе» подготовлена на основе Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года (с последующими изменениями и дополнениями), Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05. 2021 г № 286),

Программа составлена с учетом нормативно-правовых документов, определяющих основную направленность:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

3. Учебный план МКОУ ЗАТО Знаменск СОШ No234 на 2024 - 2025 учебный год;

предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися 2 класса общеобразовательной школы базового уровня, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

Футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами

по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации.

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений.

Психологи рекомендуют занятия командными видами спорта для развития лидерских качеств. Футбол располагает к этому, потому что здесь ребёнок может проявлять инициативу и принимать решения, которые могут повлиять на исход игры. Взаимодействие с другими детьми научит его ответственности не только за себя, но и за работу коллектива, а также позволит проявить себя и стать капитаном команды.

Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые

качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность, повышают уровень функционирования сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивость организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

Целью является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

Задачи:

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;
- укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;
- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, историиразвития футбола в частности;
- формирование общих представлений о футболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физическойподготовки обучающихся;
- формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем

необходимые предпосылки для его самореализации;

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к физической культуре, удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях.

Место курса внеурочной деятельности в учебном плане

В соответствии с планом, программа рассчитана на 1 год, реализуется в объеме 34 часов. На учебный год отводится: 2 класс 34 часа (из расчета 1 час в неделю)

Календарно - тематическое планирование 2024/2025 учебный год
2 класс
«Юные футболисты»

№	Наименование тем	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б. История футбола.	1
2	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	1
3	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1
4	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.	1
5	Удары по катящемуся мячу внутренней частью	1

	подъема.	
6	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема.	1
7	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	1
8	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы.	1
9	Удары по летящему мячу серединой подъема.	1
10	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1
11	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.	1
12	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1
13	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы.	1
14	Остановка мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1
15	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Двусторонняя учебная игра.	1
16	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника).	1
17	Выбивание мяча ударом ногой. Отбор мяча перехватом. Двусторонняя учебная игра.	1
18	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Двусторонняя учебная игра.	1
19	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам).	1
20	Тактика свободного нападения. Двусторонняя учебная игра.	1
21	Позиционные нападения без изменения позиций. Двусторонняя учебная игра.	1
22	Позиционные нападения с изменением позиций. Двусторонняя учебная игра.	1
23	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Двусторонняя учебная игра.	1

24	Двусторонняя учебная игра.	1
25	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.	1
26	Игры, развивающие физические способности.	1
27	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.	1
28-33	Двусторонняя учебная игра.	6
34	Тестирование	1
Всего : 34 часа		

Учебно – методическая литература

1. Андреев С., Гарагуля Т. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе. М.:// Советский спорт, 2011
2. Андреев С. Н. Мини-футбол. – М.://Физкультура и спорт, 1978.
3. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах. Методическое пособие. – Липецк: //«ГУ «РОГ», 2004.
4. Анисимова М.В., Бегун И.С., Водяницкая О.И., Тяпин А.Н. Методические рекомендации для учителей физической культуры. - Москва // 2012.
5. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов. – М.://Физкультура и спорт, 1980.
6. Варюшин В.В., Лопачев. Р.Ю. Первые шаги в футболе. М.: Искусство, наука, спорт, 2013 -120с.
7. Врублевский Е., Костюкевич В., Модели тактики игры в футболе. - М.;// Спорт, 2020.
8. Гиффорд К. Футбол. Детская энциклопедия. // Росмен, 2018.
9. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М.,//Человек, 2012.
10. Еремеев С. Мой любимый футбол. -М.// Мир образования, 2019.