

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр «Батыр»
Кукморского муниципального района Республики Татарстан

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № « 1 » от
«01» сентября 2025 г.

Утверждаю:
Директор МБУ ДО ДООПЦ «Батыр»
_____/Н.С.Зиятдинов/
Приказ № 61
от «01» сентября 2025 г.



Рабочая программа объединения

«Футбол»

Возраст обучающихся: 10 – 17 лет

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Зиятдинов Фазыл Фиргатович

с.Мамашир

Кукморский муниципальный район Республики Татарстан, 2025 год

Пояснительная записка

Данная рабочая программа рассчитана для группы ОФП 1 года обучения. Запланировано в неделю 9 часов, в год 342 занятия.

Цель: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья учащихся посредством игры в футбол. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Задачи:

- формирование интереса к систематическим занятиям футболом;
- укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
- обеспечение общефизической подготовки;
- овладение основами игры в футбол;
- формирование навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
- развитие навыков общения и коммуникации в детском коллективе;
- выявление перспективных детей для последующего совершенствования их спортивного мастерства в спортивных школах.

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности.	1	1	-	опрос
2	ОФП	80		80	практическая работа
3	СФП	90		90	практическая работа
4	Техническая подготовка	105		105	практическая работа
5	Тактическая подготовка	25		25	практическая работа
6	Теория	5	5	-	зачет
7	Контрольные нормативы	4		4	срез знаний
8	Учебные, контрольные игры	32		32	
	Итого	342	6	336	

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате учащиеся должны:

- повысить уровень своей физической подготовленности;
- приобрести навыки и умения по изучаемому виду спорта;
- уметь технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ- это индивидуальная система ежедневного поведения человека, которая обеспечивает ему максимальное достижение благополучия, в том числе и физического с учетом его индивидуальных качеств и запросов.

Календарный учебный график для группы ОФП 1 года обучения

№ занятия	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения по плану	Дата проведения фактически	форма контроля
1-3	Физическая культура и спорт в России. Техника безопасности. Двухсторонняя игра.	3	2.09		опрос, зачет
4-6	Контрольные нормативы. Двухсторонняя игра.	3	4.09		зачет, практическая работа
7-9	Упражнения для развития силы. Двухсторонняя игра.	3	6.09		практическая работа
10-15	Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой. Двухсторонняя игра.	6	9.09 11.09		практическая работа
16-21	Удары внутренней, средней и внешней частями подъема внутренней стопы по неподвижному мячу. Двухсторонняя игра.	6	13.09 16.09		практическая работа
22-30	Упражнения для развития гибкости. Удары внутренней, средней и внешней частями подъема внутренней стопы по катящемуся мячу.	9	18.09 20.09 23.09		практическая работа
31-42	Упражнения для развития ловкости. Удары внутренней, средней и внешней частями подъема, внутренней стопы по прыгающему мячу.	12	25.09 27.09 30.09 2.10		практическая работа
43-51	Акробатические упражнения. Удары внутренней, средней и внешней частями	9	4.10 7.10 9.10		практическая работа

	подъема, внутренней стопы по летящему мячу.				
52-57	Беговые упражнения. Удары носком и пяткой. Двуст. игра.	6	11.10 14.10		практическая работа
58-63	Спортивные игры. Удары правой и левой ногой. Двуст. игра.	6	16.10 18.10		практическая работа
64-69	Подвижные игры и эстафеты. Удары по мячу ногой в единоборстве. Двуст. игра.	6	21.10 23.10		практическая работа
70-75	Удары по мячу ногой с пассивным и активным сопротивлением.	6	25.10 28.10		практическая работа
76-81	Удары по мячу головой. Двухсторонняя игра.	6	30.10 1.11		практическая работа
82-87	Удары средней и боковой частью лба без прыжка по летящему с различной скоростью и траекторией полета. Двухсторонняя игра.		4.11 6.11		практическая работа
88-93	Удары на точность вниз и верхом на короткое и среднее расстояние.	6	8.11 11.11		практическая работа
94-99	Удары вперед и в стороны на короткое и среднее расстояние.	6	13.11 15.11		практическая работа
100-105	Удары головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	6	18.11 20.11		практическая работа
106-117	Остановка мяча. Остановка подошвой катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад. Учебные, контрольные игры.	12	22.11 25.11 27.11 29.11		практическая работа, тестирование
118-129	Остановка внутренней стороны стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад. Двус. игра.	12	2.12 4.12 6.12 9.12		практическая работа
130-135	Остановка грудью летящего мяча с переводом.	6	11.12 13.12		практическая работа
136-141	Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией. Двус. игра.	6	16.12 18.12		практическая работа
142-147	Остановка изученными способами мячей с разных расстояний и направлений, на высокой скорости с последующим ударом или рывком. Двус. игра.	6	20.12 23.12		практическая работа
148-156	Ведение мяча. Ведение внешней и средней частями подъема, носком и внутренней стороной стопы.	9	25.12 27.12 30.12		практическая работа
157-162	Ведение всеми изученными способами с увеличением скорости, с выполнением рывков и одновременно контролируя мяч.	6	8.01 10.01		практическая работа
163-174	Ведение всеми изученными способами с обводкой движущихся и	12	13.01 15.01		практическая работа

	противодействующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.		17.01 20.01		
175-183	Обманные движения. Обманные движения, уход выпадам и переносом ноги через мяч.	9	22.01 24.01 27.01		практическая работа
184-189	Обманные движения остановкой мяча во время ведения с наступанием и без наступания.	6	29.01 31.01		практическая работа
190-195	Обманные движения с наступанием на мяч подошвой, после передачи партнером с пропуском мяча.	6	3.02 5.02		практическая работа
196-201	Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.	6	7.02 10.02		практическая работа
202-207	Вбрасывание мяча. Вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега.	6	12.02 14.02		практическая работа
208-216	Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде и в подкате.	9	17.02 19.02 21.02		практическая работа
217-222	Техника вратаря. Удары по воротам. Ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку. Двухсторонняя игра.	6	24.02 26.02		практическая работа
223-228	Техника вратаря. Удары по воротам. Ловля катящихся и летящих с различной скоростью и траекторией полета мячей. Двухсторонняя игра.	6	28.02 3.03		практическая работа
229-234	Удары по воротам. Отбивание мяча кулаком на выходе без прыжка. Перевод мяча через перекладину. Двухст. игра.	6	5.03 7.03		практическая работа
235-240	Удары по воротам. Отбивание мяча кулаком на выходе в прыжке. Перевод мяча через перекладину. Двухст. игра.	6	10.03 12.03		практическая работа
241-252	Удары по воротам. Броски мяча одной рукой сверху, снизу на точность и дальность. Двухст. игра.	12	14.03 17.03 19.03 21.03		практическая работа
253-261	Удары по воротам. Выбивание мяча с земли и с рук на точность и на дальность. Двухст. игра.	9	24.03 26.03 28.03		практическая работа
262-270	Удары по воротам. Отбивание мяча ладонями в падении и без падения. Двухст. игра.	9	31.03 2.04 4.04		практическая работа
271-276	Тактика нападения. Индивидуальные действия. Двухст. игра.	6	7.04 9.04		практическая работа
277-285	Тактика нападения. Оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча. Двухст. игра.	9	11.04 14.04 16.04		практическая работа

286-297	Групповые действия. Комбинация в парах: «стенка», «скрещивание». Комбинация «пропуск мяча». Учебные, контрольные игры.	12	18.04 21.04 23.04 25.04		практическая работа, тестирование
298-312	Упражнения в парах: передачи и остановки мяча со всеми изученными способами. Двухсторонняя игра.	15	28.04 30.04 2.05 5.05 7.05		практическая работа
313-324	Удары в маленькие ворота (1–2 м шириной, сделанные из конусов или стоек) с небольшого разбега (4–6 м от места удара до ворот). Учебные, контрольные игры.	12	9.05 12.05 14.05 16.05		практическая работа, тестирование
325-330	Ведение мяча в первых повторениях прямо - линейно, в последующих – зигзагообразно. Двухст. игра.	6	19.05 21.05		практическая работа
331-339	Ведение мяча. Передача мяча вперед на ход самому себе, рывок и удар по воротам. Двухст. игра.	9	23.05 26.05 28.05		практическая работа
340-342	Контрольные нормативы. Двухсторонняя игра.	3	30.05		зачет