

КГУ «Бурлинская общеобразовательная школа отдела образования
Карабалыкского района» Управления образования
акимата Костанайской области

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГУ «Бурлинская
общеобразовательная школа
отдела образования Карабалыкского
района» Управления образования
акимата Костанайской области


_____ /Дарменко Е.В.

Протокол педагогического совета
№ 1 от «28» августа 2024 год

Секция «Футбол»

Возраст детей - «8-15 лет»
Срок реализации - 2024-2025 учебный год

Руководитель: Исаев Ж.А.,
учитель физической культуры

п.Бурли 2024-2025
учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

1. График провидения кружка
2. Пояснительная записка
3. Список учащихся
4. Учебно-тематический план
5. Содержание изучаемого курса
6. Методическое обеспечение учебной программы
7. Список литературы
8. Техника безопасности
9. Приложение

УТВЕРЖДАЮ:

Директор КГУ «Бурлинская
общеобразовательная школа отдела
образования Карабалыкского района»
Управления образования акимата
Костанайской области



Дарменко Е.В.

График проведения футбольного кружка
На 2024-2025 учебный год.

День недели	Время
Понедельник	17:30-19:00
Среда	17:30-19:00
Пятница	17:30-19:00

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа многолетней подготовки детей и юношей по футболу разработана на основе закономерностей и принципов спортивной тренировки, а также нормативно-правовых документов, определяющих порядок деятельности спортивных школ. В ней учтены опыт работы лучших тренеров детского и юношеского футбола, рекомендации зарубежных специалистов, методические разработки специалистов других спортивных игр.

В программе обоснованы следующие положения: Тренеры готовят детей к футболу, в который они будут играть в профессиональных командах через 10–15 лет. Поэтому необходимо предвидеть, каким будет этот вид спорта в будущем, и готовить детей в соответствии с требованиями «футбола будущего».

Элементом такой «игры будущего» нужно начинать учить с детства. Основываясь на динамике развития игры в последние десятилетия, можно полагать, что футбол станет более скоростно-силовым. В нем увеличится число игровых эпизодов, в которых футболисты будут принимать мяч в условиях жесткого сопротивления соперника. Уменьшится время на принятие решений. Возрастет эффективность групповых действий в каждом игровом эпизоде и одновременно – эффективность индивидуальной игры в штрафных площадках соперников. Станут намного более трудными действия игроков в начальной фазе атаки, так как повысится число попыток отобрать мяч именно в этой фазе.

Скоростная техника будет основным фактором решения игровых задач, особенно задач завершения атаки ударом по воротам. Все это приведет к тому, что повысится значение скоростной техники и специальной физической подготовленности игроков, особенно таких специальных качеств, как быстрота реагирования и принятия решений в условиях дефицита времени, быстрота передвижения по полю, взрывная сила, координация движений. Развивать эти качества и способности нужно с детского и юношеского возраста.

Футбол – командная игра, но на начальных этапах многолетней подготовки командные задачи вторичны. На первый план выходит индивидуальное обучение технике игровых действий и развитие координационных способностей юных футболистов. В футболе будущего особенно востребованными окажутся игроки, индивидуальное техническое мастерство которых позволит им эффективно контролировать мяч в насыщенных соперниками зонах поля. Футбол – это игра со своими законами и правилами.

Кроме того, в футболе 5 действуют общие закономерности и принципы подготовки спортсменов, свойственные всем видам спорта. И поэтому тренировочный процесс должен быть построен на основе этих закономерностей и принципов.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор КГУ «Бурлинская
общеобразовательная школа отдела
образования Карабалыкского района»
Управления образования акимата
Костанайской области



Дарменко Е.В.

Кружок «Футбол»

список обучающихся на 2024-2025 учебный год

№	Ф.И.О.	пол	год рожд.
1	Алимбаев Ануар	муж	2014
2	Антоненко Данил	муж	2015
3	Сагандиков Дамир	муж	2015
4	Нигматулин Рахат	муж	2013
5	Панасенко Максим	муж	2014
6	Жалекешев Айкын	муж	2015
7	Абилпанов Ансар	муж	2012
8	Белов Данияр	муж	2013
9	Золотцева Полина	муж	2012
10	Гаев Руслан	муж	2011
11	Величко Аркадий	муж	2010
12	Корнилов Роман	муж	2008
13	Леткеман Давид	муж	2008
14	Сагимбаев Асахат	муж	2008
15	Корнилов Юрий	муж	2007
16	Барабаш Марина	жен	2010
17	Сайпенова Альбина	жен	2010
18	Савченко Кирилл	муж	2009

19	Талипов Санжар	муж	2009
20	Сагимбай Амандык	муж	2010
21	Довголь Денис	муж	2012
22	Айсин Руслан	муж	2012
23	Довголь Арина	жен	2012
24	Лебедева Снежана	жен	2012
25	Шакибаева Карина	жен	2012

4.УЧЕБНО- ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Раздел	Название тем	Общее количество часов	Дата
1	1.Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление	1	02.09
			1	04.09
2		уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	06.09
			1	09.09
3		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	11.09
			1	
4		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	3	13.09
				16.09
				18.09
5		Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	3	20.09
				23.09
				25.09
6		Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	3	27.09
				30.09
				02.10
7		Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	3	04.10
				07.10
				09.10
8	2.Техническая подготовка	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	3	11.10
				14.10
				16.10
9		Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	3	18.10
				21.10
				23.10

10		Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	3	25.10 28.10 30.10
11		Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	3	08.11 11.11 13.11
12		Отработка техники передвижения и владения мячом	3	15.11 18.11 22.11
13		Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	3	25.11 27.11 29.11
14	3.Игровая подготовка	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	3	2.12
15		Подвижные игры.	3	04.12 06.12 9.12
16		Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	3	11.12 13.12 16.12
17		Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	3	18.12 20.12 23.12
18		Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	3	25.12 27.12 08.01

19	5.Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	Упражнение«квадрат». Двусторонняя учебная игра.	3	10.01 13.01 15.01
20		Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	3	17.01 20.01 22.01
21		Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	3	24.01 27.01 29.01
22		Двусторонняя учебная игра.	3	31.01 03.02 05.02
23		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	3	07.02 10.02 12.02
24		Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	3	14.02 17.02 19.02
25		Старты из различных положений, двусторонняя игра.	3	21.02 24.02 26.02
26		Упражнение змейка + удар по воротам.	3	28.02 03.03 05.03
27		Двусторонняя учебная игра.	2	07.03 10.03
28		Двусторонняя учебная игра.	3	12.03 14.03

				17.03
29		Сдача контрольных нормативов.	3	19.03 02.04 04.04
30		Сдача контрольных нормативов.	3	07.04 09.04 11.04
31		Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	3	14.04 16.04 18.04
32		Заключительное итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	3	21.04 23.04 25.04

33		Заключительное итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	3	28.04 30.04 2.05
34		Заключительное итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	3	5.05 12.05 14.05
35		Заключительное итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	4	16.05 19.05 21.05 23.05

5. СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

Содержание и построение этой программы основано на том, что тренеру юных футболистов необходимо иметь компактный документ с нормативными требованиями по их подготовке и комплект методических пособий под названием «Поурочные программы подготовки юных футболистов» в каждой возрастной группе.

Первая такая книга с подробнейшим содержанием 60 конспектов занятий для детей 6–9 лет уже вышла, готовятся к изданию Поурочные программы для детей 10–11 лет, 12–13 лет, 14–15 лет, 16–17 лет.

В каждой из этих книг помимо 50–70 конспектов учебно- 7 тренировочных занятий даются картотеки тренировочных упражнений, особенности системы комплексного контроля для соответствующей возрастной группы и т.п. Реализация такого подхода позволит тренеру увидеть, как изменяются цели и задачи на этапах многолетней подготовки юных футболистов и в соответствии с этим – какими должны быть компоненты и критерии тренировочных упражнений.

Обучение технике в футбольной школе – сродни обучению грамоте в общеобразовательной школе.

Прежде чем написать сочинение на заданную тему, нужно вначале научиться писать буквы, затем – складывать эти буквы в слова, потом из слов формировать предложения. И наконец, так сочетать эти предложения, чтобы получились рассказ, сочинение. Такая же ситуация в футболе: прежде чем хорошо играть, нужно освоить технические приемы, научиться соединять разные приемы в связки и комбинации, необходимые для решения задач каждого игрового эпизода.

И наконец, рассматривать игру как набор игровых эпизодов в соответствии со стратегией, предложенной тренером. Тренер должен понимать, что мальчик или девочка – это не уменьшенные копии мужчины и женщины.

У них есть своя специфическая психология, особый род взаимоотношений с партнерами, особенности протекания физиологических и биохимических процессов. Именно поэтому тренировки юных футболистов футболисток не должны быть уменьшенными копиями тренировок взрослых спортсменов.

6.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

- словесные (рассказ, описание, объяснение, беседа, указание, распоряжение, команда)
- наглядные (показ, демонстрация, звуковая сигнализация)
- практические (упражнения, игры, соревнования).
- сбор и систематизация спортивных результатов и показателей или учебно-тренировочных занятий.

По формам организации тренировочные занятия подразделяются на индивидуальные, групповые, командные.

Индивидуальная форма тренировки: самостоятельные занятия без тренера и под руководством тренера. Используется в физической, технической, индивидуальной тактической и теоретической подготовке. Могут проводиться одновременно для всех игроков команды или группы, но каждый выполняет самостоятельные задания.

Групповая форма применяется на протяжении всего тренировочного занятия или в отдельных его частях. Такая форма предоставляет возможность распределить в разные группы всех занимающихся по ряду признаков и каждой дать самостоятельное задание. Формирование групп производится по игровым функциям (группа центральных, нападающих и т.д.)

В командной тренировке игроки решают общие и частные задачи, подчинённые коллективным действиям. Основная направленность её - тактическая и игровая подготовка.

По построению тренировки подразделяют на фронтальные и круговые.

- фронтальная – занимающиеся выполняют одни и те же упражнения (в шеренгах, колоннах, кругах, треугольниках)
- круговая - организация «станций», т.е. мест со специальным оборудованием и инвентарём. Игроки выполняют определённую программу по физической, технической и тактической подготовке.

7.ЛИТЕРАТУРА

- Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986. – 222 с.
2. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6–9 лет. – М.: Граница, 2008. – 272 с.
3. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: Советский спорт, 2010. – 336 с.
4. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола. – М.: Олимпия, 2007. – С. 10–12.
5. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8–10 лет) – 111 с.; 2 этап (11–12 лет) – 204 с.; 3 этап (13–15 лет) – 310 с.; 4 этап – 165 с.].
6. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010. – 128 с.
7. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с.
8. Bishops / Gerards. Junior Soccer. A manual for coaches. Meyer&Meyer Sport. – 2003. – 162 p

8.ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

- 1.Иметь собственную и соответствующую виду деятельности спортивную форму:
 - при температуре выше +15оС – короткая форма, спортивная обувь;
 - при температуре ниже +15оС – спортивный костюм, спортивная обувь.
2. Быть предельно внимательным и сосредоточенным при объяснении, рассказе, показе и выполнении упражнений, заданий и т.п.
- 3.Осознанно и интенсивно выполнять разминку, имитационные и специальные упражнения.
- 4.Без разрешения тренера не начинать выполнение упражнений и заданий.
- 5.Не расслабляться и не отвлекаться при выполнении упражнений и заданий.
- 6.Не начинать выполнение упражнения или задания без точного представления о его технических особенностях выполнения.
- 7.Оказывать необходимую помощь игрокам в случае необходимости.
- 8.Перед занятием снять все украшения, которые могут стать причиной травмы.
- 9.При выполнении прыжков, случайных столкновениях и падениях футболист должен уметь применять самостраховку
- 10.Ногти должны быть коротко острижены.
- 11.Очки должны быть на резинке и иметь роговую оправу.
- 12.Необходимо строго соблюдать правила игры в баскетбол, дисциплину, останавливать товарища, который ее нарушает, уважительно относиться к команде соперника.
- 13.Строго соблюдать дисциплину, выполнять все требования и указания учителя.
- 14.Не нарушать определенную учителем организацию урока.
- 15.Все тренировочные игры проводить в соответствии с правилами вида.
16. О своем плохом самочувствии или травме (или своего товарища) немедленно сообщить тренеру.

Учащиеся должны помнить, что:

- 1.Запрещается без разрешения тренера брать инвентарь и выполнять физические упражнения; без наблюдения тренера находиться в спортивном зале и выполнять броски в кольцо;
- 2.Категорически запрещается висеть на дужке кольца, залезать на баскетбольный щит.

Инструктаж по ТБ.

№	Ф.И.О	Дата проведения	Роспись
1	Алимбаев Ануар	1.09	
2	Антоненко Данил	1.09	
3	Сагандиков Дамир	1.09	
4	Нигматулин Рахат	1.09	
5	Панасенко Максим	1.09	
6	Жалекешев Айкын	1.09	
7	Абилманов Ансар	1.09	
8	Белов Данияр	1.09	
9	Золотцева Полина	1.09	
10	Гаев Руслан	1.09	
11	Величко Аркадий	1.09	
12	Корнилов Роман	1.09	
13	Леткеман Давид	1.09	
14	Сагимбаев Асхат	1.09	
15	Корнилов Юрий	1.09	
16	Барабаш Марина	1.09	
17	Сайпенова Альбина	1.09	
18	Савченко Кирилл	1.09	
19	Талипов Санжар	1.09	
20	Сагимбай Амандык	1.09	
21	Довголь Денис	1.09	
22	Айсин Руслан	1.09	
23	Довголь Арина	1.09	
24	Лебедева Снежана	1.09	
25	Шакибаева Карина	1.09	

9.ПРИЛОЖЕНИЕ

