

Ростовская область Семикаракорский район г. Семикаракорск
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 2 им. А.А. Араканцева г.
Семикаракорска»

Рекомендована
Педагогическим
советом

Протокол № 1 от 14.08



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ №2
Мартемьянов Н.В.

Приказ от 15.08.2022 г. № 423

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»

Срок реализации: 1 год

Возраст детей: 11-15 лет

Количество часов- 70 часов

Автор-разработчик: Малевич Михаил Сергеевич,
педагог дополнительного образования

г. Семикаракорск,
2022-2023

Паспорт
дополнительной общеобразовательной программы

№	Раздел	Информация о программе
1	Название ДОП	«Футбол»
2	Сведения об авторе	ФИО: Малевич Михаил Сергеевич Место работы: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 2 им. А.А. Араканцева г. Семикаракорска» Адрес образовательной организации: 346630, Россия, Ростовская область, г.Семикаракорск, ул. Араканцева. д. 2 Домашний адрес автора: 336630, Россия, Ростовская область, г.Семикаракорск, ул. Красноармейская, д. 230 Телефон служебный: 8 (863) 564-66-05 Телефон мобильный: 8-938-109-99-32 Должность: педагог дополнительного образования
3	Участие в конкурсах авторских образовательных программ и программно-методических комплексов/результат	Не участвовал
4	Нормативно-правовая база (основания для разработки программы, чем регламентируется содержание и порядок работы по ней)	Учебный план занятий дополнительного образования (ОДО) на 2021-2022 учебный год разработан в соответствии со следующими нормативными документами: 1. Законом РФ «об образовании» 2. Приказом Минобрнауки от 9 ноября 2018 года № 196. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам» 3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» 4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» 5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации дополнительного образования детей» 6. Уставом МБОУ СОШ № 2

		7. Программой развития МБОУ СОШ № 2
5	Материально-техническая база	Спортивный зал; Футбольные мячи -10 шт. Фишки – 12шт. Ворота.
6	Год разработки, редактирования	2022
7	Структура программы	1. Титульный лист - 1 2. Паспорт программы – 2-4 3. Пояснительная записка – 5 4. Учебно-тематический план – 6 5. Содержание программы –7-8 6. Методическое сопровождение программы – 9-10 - методические материалы. - диагностические материалы. 7. Список литературы – 11 8. Приложения: - календарный учебный график, - методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы (план и методика ведения воспитательной работы в объединении, сценарий занятий, мероприятий, диагностические материалы, дидактические материалы и т.д.).
8	Направленность	Физкультурно-спортивное
9	Направление	Оздоровительное
10	Возраст учащихся	13-17
11	Срок реализации	1 год
12	Этапы реализации	Этап начальной подготовки; Тренировочный этап (этап спортивной специализации); Этап совершенствования спортивного мастерства; Этап высшего спортивного мастерства
13	Новизна	Новизна данной программы заключается в том, что в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают расширенное представление об игре в футбол, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут не только самостоятельно играть в футбол, но и реализовать объективное судейство, также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.
14	Актуальность	Программы состоит в том, что дети общаются между собой, получают положительные эмоции, совершенствуют двигательные навыки и действия. Получают заряд бодрости и здоровья, отвлекаются от негативных поступков во внеурочное и вечернее время.
15	Цель	Воспитание и привитие физической культуры, формирование здорового образа жизни у учащихся, воспитание престижности занятий спортом.

16	Ожидаемые результаты	В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в футбол. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.
17	Формы занятия (количество детей)	Основы знаний (теоретическая часть); Практические занятия; Общая физическая подготовка; Специальная физическая подготовка; Практические занятия; Техника нападения; Техника защиты; Тактика нападения; Тактика защиты; Система игры; Контрольные испытания. 20- детей
18	Режим занятий	Занятие проводится один раз в неделю по 2 часа
19	Формы подведения итогов реализации	Тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы.

Пояснительная записка.

Календарный учебный график

Образовательная деятельность строится в соответствии с гигиеническими требованиями к режиму образовательной деятельности, установленными приказом Министерства просвещения России от 09.11.2018 года №196 об утверждении «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам» и постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 года №41 «Об утверждении Сан ПиНа».

Программа служит документом для эффективного построения работы с детьми, на этапе многолетней подготовки и для содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста. В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию тренировочной работы на различных этапах подготовки, отбору и комплектованию групп в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств, специальных способностей обучающихся.

Согласно базисному учебному плану школы на изучение программы кружка выделяется (из расчёта 1 раз в неделю 2 часа)

1 год обучения- 70 часов. Согласно календарному планированию и графику учебных занятий МБОУ СОШ№2 на 2022-2023 учебный год программа будет пройдена за 70 часов.

Направленность - Физкультурно-спортивное

Направление – Спортивная

Актуальность

Программы состоит в том, что дети общаются между собой, получают положительные эмоции, совершенствуют двигательные навыки и действия. Получают заряд бодрости и здоровья, отвлекаются от негативных поступков во внеурочное и вечернее время.

Цель:

Создание условий для воспитания физически здоровой гармонично развитой личности подростков, через систематические футбол, участие в спортивных соревнованиях различного уровня

Задачи:

- 1.Обучить технике и тактике игры в футбол.
- 2.Развивать морально -волевые качества.
3. Развивать и совершенствовать физические качества: силу, выносливость, скоростные качества.
- 4.Дать полные теоретические сведения о развитии футбола и спорта в нашей стране и за рубежом.

5. Организовать культурный досуг учащихся.

6. Подготовка инструкторов и судей по футболу.

Задачами обучающихся также являются: физическая подготовка, совершенствование спортивно-физических показателей, участие в соревнованиях. Программа предусматривает систематический контроль успеваемости и дисциплины учащихся в школе, связь с классным руководителем.

1. Продолжительности учебного года:

Начало учебного года – 6.09.2022

Комплектование групп проводится с 01.09.2022 по 06.09.2022

Конец учебного года – 30.05.2023

Продолжительность учебного года – 35 недель

2. Сроки проведения каникул:

Осенние – с 28.10.22 по 6.11.22

Зимние – с 29.12.22 по 8.01.23

Весенние- с 25.03.23 по 2.04.23

3. Школа работает в режиме пятидневной недели.

Продолжительность занятий 90 минут.

Начало занятий:

Понедельник – 14:30-16:00

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		Формы организации занятий	Формы аттестации, диагностики, контроля
		теория	практика		
1	Радел 1 «футбол»				
1.1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.		2		
1.2	История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры		2		
1.3	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста		2		
1.4	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.		2		
1.5	Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.		2		
1.6	Обучение и совершенствование техники		2		

	удара по мячу с лета и полулета.				
1.7	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.		2		
1.8	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.		2		
1.9	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения.		2		
1.10	Обучение и совершенствование техники защиты.		2		
1.11	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.		2		
1.12	Обучение и совершенствование техники ведения мяча.		2		
1.13	Обучение и совершенствование техники обманных движений.		2		
1.14	Обучение тактическим действиям в защите.		2		
1.15	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.		2		
1.16	Учебная игра.		2		
1.17	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и не ведущей ногой.		2		
1.18	Судейская практика		2		
1.19	Подвижные игры с элементами футбола.		2		
1.20	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.		2		
1.21	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.		2		

1.22	Развиваю Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.		2		
1.23	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.		2		
1.24	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию.		2		
1.25	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.		2		
1.26	Развиваю Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.		2		
1.27	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.		2		
1.28	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков.		2		
1.29	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.		2		
1.30	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.		2		

Содержание учебного материала

- 1. Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий.** Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий.
- 2. Теоретическая подготовка.** Состояние и развитие футбола в России. Профилактика травматизма. Общая характеристика спортивной подготовки. Основы техники игры и техническая подготовка. Основы тактики игры и тактическая подготовка. Физические качества и физическая подготовка.

3. **Физическая подготовка. ОФП:** Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. **СФП:** Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. Удар мяча после отбора с попаданием в цель. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.
4. **Техническая подготовка.** Обводка соперника. Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема. Удары по мячу головой, жонглирование мячом.
5. **Тактическая подготовка.** Выход для получения и отвлечения мяча. Атака ворота. Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Подстраховка. Переключение. Противодействие атаке в ворота. Система личной защиты.
6. **Промежуточная и итоговая аттестация.** Усвоение изученного материала. Результаты выступления на соревнованиях и индивидуальные игровые показатели. Выполнение контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке.
7. **Соревнования.** Участие в соревнованиях на основании «Календаря спортивно-массовых мероприятий». Контрольные игры на учебно-тренировочных занятиях. Товарищеские встречи. «Кожаный мяч».
8. **Летняя оздоровительная работа.** Участие в семинарах, мастер-классах, учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

Календарно-тематическое планирование по футболу

№	Тема занятия	Кол- во часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	6.09	
2	История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры	2	13.09	
3	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	2	20.09	
4	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.	2	27.09	
5	Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.	2	4.10	
6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.	2	11.10	
7	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.	2	18.10	
8	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.	2	25.10	
9	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения.	2	8.11	
10	Обучение и совершенствование техники защиты.	2	15.11	
11	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.	2	22.11	
12	Обучение и совершенствование техники ведения мяча.	2	29.11	
13	Обучение и совершенствование техники обманных движений.	2	6.12	
14	Обучение тактическим действиям в защите.	2	13.12	
15	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	2	20.12	
16	Учебная игра.	2	27.12	
17	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и не ведущей ногой.	2	10.01	
18	Судейская практика	2	17.01	
19	Подвижные игры с элементами футбола.	2	24.01	
20	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.	2	31.01	
21	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.	2	7.02	
22	Развиваю Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.	2	14.02	
23	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.	2	21.02	

24	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию.	2	28.02	
25	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.	2	7.02	
26	Развиваю Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.	2	14.02	
27	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.	2	21.02	
28	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков.	2	4.04	
29	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.	2	11.04	
30	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.	2	18.04	
31	Учебная игра.	2	25.04	
32	Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.	2	2.05	
33	Совершенствование техники вбрасывания мяча.	2	16.05	
34	Учебная игра. Подвижные игры с элементами футбола.	2	23.05	
35	Учебная игра.	2	30.05	

План работы на каникулах

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	Подвижные игры с элементами футбола.	2	2.11	
2	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.	2	29.03	

Методическое сопровождение программы

Словесные методы:

- Описание
- Объяснение
- Рассказ
- Разбор
- Указание
- Команды и распоряжения
- Подсчёт

Наглядные методы:

- Показ упражнений и техники футбольных приёмов
- Использование учебных наглядных пособий
- Видеофильмы, DVD, слайды
- Жестикуляции

Практические методы:

- Метод упражнений
- Метод разучивания по частям
- Метод разучивания в целом
- Соревновательный метод
- Игровой метод
- Непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Диагностические материалы

1. Жонглирование, состоящее из простого подбития мяча внутренней частью стопы и головой. Оценка состоит из среднего арифметического результатов трех способов.
2. Удары по воротам. Испытуемый выполняет 5 ударов левой и 5 – правой ногой по воротам шириной 1,5 м. Расстояние до ворот зависит от возраста испытуемых: для детей – 8 м, подростков – 10 м, младших юношей – 12 м, старших юношей – 14 м, юниоров – 16,5 м.
3. Передачи мяча в цель. Испытание включает 10 передач (5 раз левой и 5 раз правой ногой, внутренней частью стопы) в квадрат со стороной 4 или 5 м с расстояния: дети – 15 м (квадрат 5 × 5 м), подростки – 15 м, младшие юноши – 20 м, старшие юноши – 25 м и юниоры – 30 м (квадрат 4 × 4 м).
4. Удары по воротам 2 × 6 м после ведения мяча. Выполняется 5 ударов левой ногой в левую половину ворот и 5 – правой ногой в правую половину ворот с расстояния: дети – 10 м, подростки – 12 м, младшие юноши – 14 м, старшие юноши – 16,5 м и юниоры – 18 м.
5. Удары по воротам после подачи. Выполняется прицельный удар в указанный сектор ворот мяча, брошенного рукой тренера. Надо выполнить 5 ударов левой ногой в правый верхний сектор ворот и 5 – правой ногой в левый нижний сектор ворот (глядя с положения вратаря). Удары выполняются с расстояния: дети – 4 м, подростки – 5 м, младшие юноши – 6 м, старшие юноши 7 м и юниоры – 8 м. Размеры ворот 2 × 5 м.
6. Футбольный «слалом». Ведение мяча по коридору длиной 40 м с обозначенными флажками. Оценивается время преодоления всей дистанции, величина которой зависит от возраста испытуемых.
7. «Слаломное» ведение мяча с ударом по воротам. Ведение мяча между пятью флажками, установленными через 2 м, затем выполнение удара по воротам (в указанную тренером половину) с расстояния: дети – 10 м, подростки 12 м, младшие юноши – 14 м, старшие юноши – 16,5 м, юниоры – 18 м. Перед ведением спортсмен

принимает ногой брошенный тренером мяч в квадрате 3×3 м. Удары по воротам размером 2×6 м выполняются по 5 раз левой и правой ногой.

Возрастные критерии в комплексе тестов следующие: дети (7–9 лет), подростки (10–12 лет), младшие юноши (13–14 лет), старшие юноши (15–16 лет) и юниоры (17–18 лет).

Анализ литературных данных показывает, что в учебно-тренировочном процессе футболистов нет унифицированных средств контроля для оценки как общей физической, так и специальной подготовленности. Часто показатели этих видов подготовленности находятся в одном комплексе тестов. Примером может быть отбор спортсменов, опираясь на динамику прироста показателей в следующих тестах: бег на 50 м, «маятниковый» бег 5×10 м, тест Купера, прыжок в длину с места, жонглирование разными способами, удары мяча на дальность.

Дидактические материалы

История футбола

В игры с мячом играли во многих странах. В Китае такая разновидность называлась Чжу-Кэ. В древней Спарте игра называлась «Эпискирос» а в Древнем Риме «Харпастум». Где-то в Новое время в Брянских землях проводились игры, инвентарём которых был кожаный мяч размером с человеческую голову, набитый перьями. Эти состязания именовались как «шалыга» и «кила». Примерно в XIV веке итальянцы изобрели игру «Кальчо». Именно они завезли эту игру на Британские острова

Первые правила

В XIX веке футбол в Англии приобрёл популярность, сравнимую с крикетом. В него играли в основном в колледжах. Но в некоторых колледжах правила разрешали ведение и передачу мяча руками, а в других напротив, запрещалось. Первая попытка создать единые правила была предпринята в 1846 году, когда встретились представители нескольких колледжей. Они установили первый свод правил. В 1855 году был основан первый специализированный футбольный клуб — «Шеффилд». В 1863 году после долгих переговоров был принят свод правил Футбольной Ассоциации Англии. Также были приняты размеры поля и ворот. А в 1871 году был основан Кубок Англии — старейший футбольный турнир в мире. В 1891 году было принято правило о пенальти. Но сначала пенальти билось не с точки, а с линии, которая также как и сейчас находилась на расстоянии 11 метров от ворот.

В 80-х годах XIX века футбол стал популярен в обществе. Число клубов в Футбольной ассоциации превышало 100. Тогда же стали ходить слухи о том, что некоторые клубы платят игрокам зарплату, а по первоначальному замыслу ассоциации футбол — исключительно любительский вид спорта. Поэтому в 1882 году в правила добавили следующий пункт:

Всякий игрок клуба, получающий от клуба вознаграждение в какой-бы то ни было форме или денежное возмещение, превышающее его личные расходы или средства, в связи с выходом на ту или иную игру, автоматически отстраняется в соревнованиях на Кубок, в любых соревнованиях под эгидой ФА и в международных турнирах. Клуб, нанявший такого игрока, автоматически исключается из Ассоциации.

В начале 1884 года клуб «Аптон Парк» обвинил «Престон Норт Энд» в том, что футболистам этого клуба платят зарплату. Президент «Престона» Уильям Саддел также это признал. Клуб был исключён из ФА. А в 1885 году Футбольная ассоциация всё-таки разрешила платить футболистам зарплату. Это привело к созданию первой в мире регулярной Футбольной лиги. Чемпионом этого турнира стал «Престон Норт Энд». 30 ноября 1872 года был проведён первый в истории международный матч. Он прошёл между сборными Англии и Шотландии. В 1904 году в Париже была основана ФИФА, управляющая организация в футболе. В неё вошли: Бельгия, Дания, Франция, Нидерланды, Испания (как ФК «Мадрид»), Швеция и Швейцария.

В 1901 году в Монтевидео состоялся первый в истории матч с участием сборных, не представлявших Британские острова — хозяева, сборная Уругвая в упорной борьбе уступили Аргентине со счётом 2:3

Начало международных соревнований

После избрания Жюля Риме президентом ФИФА в 1921 году было ратифицировано предложение считать последующие Олимпийские футбольные турниры «чемпионатами мира по футболу среди любителей». Эти турниры — 1924 и 1928 годов — выиграла сборная Уругвая. Благодаря этим успехам у Ассоциации футбола Уругвая не было конкурентов в борьбе за организацию первого в истории Кубка мира ФИФА (более известного в русском языке просто как чемпионат мира по футболу), который прошёл в 1930 году. Уругвайцы стали победителем домашнего первенства, трёхкратными чемпионами мира по футболу и первыми обладателями Кубка мира ФИФА. Это стало началом новой эры в истории футбола. До 1970 года этот трофей носил имя Жюля Риме, также был известен как «Кубок богини Нике», но после третьей победы сборной Бразилии на чемпионате мира был отдан ей на вечное хранение. Вместо него стал разыгрываться современный

Правила игры в футбол

За грубое нарушение игрок получает жёлтую карточку, за повторное — получает красную карточку и удаляется с поля. Такая система утвердилась с чемпионата мира 1970.

Есть 17 официальных правил игры, каждое из которых содержит список оговорок и руководящих принципов. Эти правила предназначены для применения на всех уровнях футбола, хотя есть некоторые изменения для таких групп, как юниоры, взрослые, женщины и люди с ограниченными физическими возможностями. Законы очень часто формулировались в общих чертах, которые позволяют упростить их применения в зависимости от характера игры. Правила игры публикуются в ФИФА, но поддерживаются Международным советом футбольных ассоциаций (IFAB).

Каждая команда состоит максимум из одиннадцати игроков (без учета запасных), один из которых должен быть вратарём. Правила неофициальных соревнований могут уменьшить количество игроков, максимум до 7. Вратари являются единственными игроками, которым позволено играть руками при условии: они делают это в пределах штрафной площади у своих собственных ворот. Хотя есть различные позиции на поле, эти позиции не обязательны.

Отдельная футбольная игра называется матч, который в свою очередь состоит из двух таймов по 45 минут. Пауза между первым и вторым таймами составляет 15 минут, в течение которой команды отдыхают, а по её окончании меняются воротами.

Цель игры — забить мяч в ворота противника, сделать это как можно большее количество раз и постараться не допустить гола в свои ворота. Матч выигрывает команда, забившая большее количество голов.

В случае, если в течение двух таймов команды забили одинаковое количество голов, то или фиксируется ничья, или победитель выявляется согласно установленному регламенту матча. В этом случае может быть назначено дополнительное время — ещё два тайма по 15 минут каждый. Как правило, между основным и дополнительным временем матча командам предоставляется перерыв. Между дополнительными таймами командам даётся лишь время на смену сторон. Одно время в футболе существовало правило, по которому победителем объявлялась команда, первой забившая гол (правило «золотого гола») или выигрывавшая по окончании любого из дополнительных таймов (правило «серебряного гола»). В настоящий момент дополнительное время либо не играется вовсе, либо играется в полном объёме (2 тайма по 15 минут). Если в течение дополнительного времени победителя выявить не удаётся, проводится серия послематчевых пенальти, не являющихся частью матча: по воротам противника с расстояния 11 метров пробивается по пять ударов разными игроками. Если количество забитых пенальти у обеих команд будет равным, тогда пробиваются по одной паре пенальти, пока не будет выявлен победитель.

Футбольное поле Стандартные размеры футбольного поля

Матчи могут проводиться как на полях с естественным, так и на полях с искусственным покрытием. Согласно официальным правилам игры в футбол искусственное покрытие должно быть зелёного цвета. Поле для игры имеет форму прямоугольника. Боковая линия обязательно должна быть длиннее линии ворот. Принималось решение о том, что размер поля должен составлять 100—110 м (110—120 ярдов) в длину и минимум 64—75 м (70—80 ярдов) в ширину, однако затем обязательность этого требования была приостановлена.

Разметка поля делается линиями шириной не более 12 см (5 дюймов); эти линии входят в площади, которые они ограничивают. Все линии должны быть одинаковой ширины.

Две длинные линии, ограничивающие поле для игры, называются боковыми линиями; две короткие линии — лицевыми линиями или линиями ворот, так как на них располагаются ворота.

Поле делится на две половины с помощью средней линии, соединяющей середины боковых линий. Посередине средней линии делается отметка центра поля — сплошной круг диаметром 0,3 м (1 фут). Вокруг центра поля проводится окружность радиусом 9,15 м (10 ярдов). С отметки центра поля в начале каждого из таймов основного и дополнительного времени, а также после каждого забитого гола, выполняется начальный удар. При исполнении начального удара все игроки должны находиться на своих половинах поля, а соперники выполняющей удар команды — и за пределами центрального круга.

На каждой половине поля размечается площадь ворот — зона, из пределов которой выполняется удар от ворот.

Из точек на расстоянии 5,5 м (6 ярдов) от внутренней стороны каждой стойки ворот, под прямым углом к линии ворот, вглубь поля проводятся две линии. На расстоянии 5,5 м (6 ярдов) эти линии соединяются другой линией, параллельной линии ворот. Таким образом, размеры площади ворот — 18,32 м (20 ярдов) на 5,5 м (6 ярдов).

На каждой половине поля размечается штрафная площадь — зона, в которой вратарь может играть руками, а в ворота команды, совершившей в своей штрафной площади нарушение, наказуемое штрафным ударом, будет назначен 11-метровый удар.

Из точек на расстоянии 16,5 м (18 ярдов) от внутренней стороны каждой стойки ворот, под прямым углом к линии ворот, вглубь поля проводятся две линии. На расстоянии 16,5 м (18 ярдов) эти линии соединены другой линией, параллельной линии ворот. Размеры штрафной площади, таким образом — 40,32 м (44 ярда) на 16,5 м (18 ярдов). В пределах штрафной площади, по центру линии ворот и на расстоянии 11 м (12 ярдов) от неё, наносится одиннадцатиметровая отметка — сплошной круг диаметром 0,3 м (1 фут). За пределами штрафной площади проводится дуга окружности радиусом 9,15 м (10 ярдов), центр которой находится на одиннадцатиметровой отметке. Данная дуга используется для расположения игроков команд при пробитии одиннадцатиметрового удара.

В каждом из четырёх углов поля проводится дуга радиусом 1 м (или 1 ярд) с центром в углу поля, ограничивающая сектор для исполнения угловых ударов.

На расстоянии 9,15 м (10 ярдов) от границ угловых секторов у боковых линий и линий ворот могут быть нанесены отметки (с внешней стороны линий, примыкающие к ним под прямым углом), используемые для определения расстояния, на котором находятся игроки при исполнении углового.

Также у каждого угла поля обязательно ставятся флаги на флагштоках высотой не менее 1,5 метра (5 футов), не имеющих сверху заострений.

Футбольный мяч

Футбольный мяч должен быть сферической формы, используемый для игры в футбол, параметры которого регламентируются Правилом 2 Правил игры в футбол.

Мяч состоит из 3 частей: покрышки, подкладки и камеры. Покрышка — верхняя оболочка мяча, по которой наносятся удары. Подкладка — средняя оболочка мяча, от толщины которой зависит прочность мяча (чем толще, чем прочнее). Камера — центральная оболочка мяча, в которую закачивается воздух для более удобного нанесения ударов.

Мяч в игре и не в игре

Мячи под буквами А, В и С находятся в игре, а мяч D — не в игре.

Игрок выполняет штрафной удар, а «стенка» из игроков команды соперника старается блокировать удар.

В футболе бывают стандартные положения. Стандартными положениями в футболе являются штрафные, свободные, угловые и прочие удары, которые наносятся по сигналу судьи.

Начальный удар. Наносится в начале каждого тайма, а также — после каждого забитого мяча. Назначается с центральной точки поля (в центральном круге).

Вбрасывание мяча (аут). Бросается руками из-за боковой линии. Назначается после того, как мяч эту самую боковую линию пересёк. При этом аут бросает соперник игрока, которого мяч коснулся последним перед уходом за боковую линию.

Удар от ворот. Наносится вратарём, после того, как мяч полностью пересёк линию ворот (вне территории ворот) от игрока нападавшей команды.

Угловой удар. Наносится игроком нападающей команды из углового сектора. Назначается в случае, если мяч полностью пересекает линию ворот (вне территории ворот) от игрока защищавшейся команды.

Свободный удар. Назначается в случае опасной игры против соперника (несостоявшееся нарушение) в ворота команды, которая совершила опасную игру. Пробивается с точки, где произошёл момент опасной игры. Гол, забитый прямым ударом со свободного не засчитывается.

Штрафной удар. Назначается в случае нарушения правил в ворота команды, нарушившей правила. Может быть назначен только за пределами штрафной площадки команды-нарушителя (в случае, если фол произошёл в пределах штрафной, назначается пенальти). Штрафной также, как и свободный удар пробивается с точки нарушения. Гол, забитый прямым ударом со штрафного засчитывается.

Пенальти. Наносится со специальной отметки, расположенной в 11 метрах от ворот. Назначается в случае, если игрок нарушает правила в своей штрафной.

Спорный мяч. Совершается судьёй, скидывающим мяч между двумя игроками-соперниками. Назначается в случае, если игра была остановлена в ситуации, не связанной с правилами. Напоминает хоккейное вбрасывание.

Список литературы

Список использованной литературы

- Гольдес И. 100 легенд мирового футбола. Вып.1 / Гольдес Игорь Вячеславович. - М.: Новое дело, 2003.
- Пирогов Б.А. Футбол: Хроника, события, факты / Пирогов Б.А. - М.: Сов. спорт, 1995.
- Сто лет российскому футболу / Под ред. В.И. Колоскова. - М.: Рос. футбольный союз, 1997.
- Тукманов А.В. Российский Футбольный Союз и развитие футбола в России / А.В. Тукманов // Физическая культура и спорт в Российской Федерации: (Национальные спортивные федерации): сб. ст. / Всерос. науч. - исслед. ин-т физ. культуры и спорта. - М., 2001. - Вып.2
- Цирик Б.Я. Футбол / Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. - М.: Физкультура и спорт, 1982.
- Алешин В.В. Экономический механизм в сфере физической культуры и спорта в условиях перехода к рынку. Дис. док.эконом.наук. - М., 2000.

- Баженов А.Е. Организационно-педагогические аспекты развития американского футбола в России. Дис. канд.пед.наук. - Малаховка, 2001. С.13.
- Золотарев А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе. Дис. докт.пед.наук. - Краснодар, 1997. С.5
- Тукманов А.В. Организационные и маркетинговые предпосылки эффективного проведения соревнований (на примере футбола), дис. канд.пед. н., М., 2002.С. 46.

Список литературы для педагогов

- Голощапов Б.Р. История физической культуры и спорта.- М.,2002. С.17-18
- Барсук О.Л., Кудрейко А.И. Страницы футбольной летописи. - Минск, 1987. С.5, С.11. 1. Догановский Д.А. Зенит. История в лицах. СПб, 2004.
- 70 футбольных лет: Справочник / Сост. Н. Я. Киселев. Л., 1970.
- Коршак Ю. Старый, старый футбол. М., 1972

Список литературы для учащихся

- Дулибский А.В. Моделирование тактических действий в процессе подготовки юношеских команд из футбола. Украина. - К., 2001 г.
- Зациорский В.М. Физические качества спортсмена, М.Фис.1970.
- Зациорский В.М. Осторожно: Статистика! //Теор. и практ. физ. культ. 1989, № 2.

Список литературы для родителей

- Монаков Г.В. Техническая подготовка футболистов. М., 1994.
- Железняк Ю.Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта: Автореф. докт. дис. М., 1981.
- Футбол: Учебник для ин-тов физ. культ. /Под ред. Ю.М. Портнова. Изд. 3-е, перераб.- М.: ФиС, 1988.
- Харре Д. Учение о тренировке.- М.: ФиС, 1971.

Список интернет-ресурсов

- Интернет-источник: <http://sport.kharkov.ua/football/football-history.php>. История футбола// молодежный спортивный портал.
- Интернет-источник: <http://www.footballguru.org/>. Футбольная история.
- Интернет-источник: <http://fizik.ucoz.ru/index/0-9>. История возникновения и развития футбола.

Лист коррекции рабочей программы

[illegible]

«Согласованно»

Зам. директора по ВР

А.С. Самчук Самчук А.С.

«13» с.с. _____ г.

Прошито, пронумеровано и скреплено
печатью

Директор школы Н.В. Мартынянов

