

**Отдел образования администрации
МО «Краснознаменский городской округ»
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Краснознаменский дом детства и юношества»**

Принята на заседании
методического (педагогического)
совета
Протокол № 15 от 02 сентября 2024 г.

«УТВЕРЖДЕНО»
Директор МБОУ ДО
«Краснознаменский дом детства и
юношества»
Н.А. Беляева
«20» июня 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Возраст учащихся: 9-17 лет

Срок реализации: 3 года

Программу составил:
Велян Э.А.
педагог дополнительного
образования

г. Краснознаменск, 2024 год

Пояснительная записка

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Футбол – школа творчества и коммуникации детей. Это уникальный инструмент развития творческого и физического мышления. «Вкладывая в детей, в футбол, мы вкладываем в наше будущее» (В. Мутко).

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Ведущая идея программы – создание современной практико-ориентированной среды в учреждении дополнительного образования для многолетней, целенаправленной физкультурно-оздоровительной подготовки обучающихся, привития интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, воспитания гармонично развитых личностей, обучения знаниям, умениям и навыкам игры в футбол.

Ключевые понятия

Автогол — мяч, забитый игроком в свои ворота.

Антифутбол — умышленно резкая, нечестная игра.

Арбитр — судья, посредник в спорах несудебного характера.

Аут — (англ. — вне, вон) положение, когда мяч «вышел из игры», то есть пересек линию, ограничивающую поле.

Аутсайдер — команда, занимающая одно из последних мест в турнирной таблице, неудачник чемпионата, которому грозит перевод из первой во вторую лигу.

Бек (англ. — задний) — защитник, играющий на последней линии, перед воротами своей команды.

Бомбардир — самый меткий игрок, чаще других поражающий ворота соперников. В футбол это слово пришло из артиллерии. Бомбардировать — значит обстреливать из орудий. Существовал некогда даже такой чин — бомбардир.

Выбрасывание мяча — прием, вошедший в футбольные правила еще в 1873 году. Производится полевым игроком, когда мяч пересек боковую линию и покинул пределы поля.

Ворота состоят из двух вертикальных стоек (штанг) и горизонтальной соединительной перекладины, находящихся на равном удалении от угловых флангов.

Гандикап — соревнование, в котором одна из команд заранее получает некоторое преимущество (фору)

Гол — забитый в ворота мяч.

Голкипер — вратарь. С английского, дословно — „охраняющий цель“ (гол — цель, кипер — охраняющий).

Грязная игра — всякие, без исключения, грубые нечестные действия футболистов на поле.

Дисквалификация — лишение футболиста или команды права участвовать в играх за нарушение правил, регламента соревнований или недостойное поведение.

Допинг — всякого рода средства, подбадривающие утомленный организм. Изготавливаются они из различных фармакологических препаратов. Однако, снимая на время усталость и позволяя проявить максимальную энергию, они обладают отрицательными качествами: понижают работоспособность на следующий день, ухудшают сон, разрушают нервную систему.

Дриблинг — движение футболиста с мячом в различных направлениях

Дубль — одновременная победа как в чемпионате, так и в розыгрыше Кубка страны.

Жеребьевка — определение порядка выступления футбольных команд в чемпионате или турнире, а также выбор стороны поля или начального удара перед матчем.

Защитник — игрок, главной задачей которого является оборона подступов к своим воротам. Защитник — игрок задней линии обороны. Позади него только вратарь.

Инсайд — в английской футбольной терминологии „внутренний“ или „полусредний нападающий“.

Капитан команды — игрок, наделенный определенными полномочиями. Слово „капитан“ заимствовано из французского языка и переводится как „глава“.

Кубок — сосуд в виде чаши или бокала, по традиции вручаемый в качестве приза за победу в соревнованиях.

Крайний защитник — игрок оборонительной линии, выступающий по краю поля, вдоль боковой стороны поля.

Либеро - в итальянском футболе „чистильщик“, игрок, подстраховывающий в защите коллег.

Лидер — команда, в тот или иной период возглавляющая таблицу чемпионата, ставшая в итоге сильнейшей в данной стране или на международной арене. Понятие „лидер“ применимо также к ведущим игрокам клуба или сборной.

Ложный маневр — обманные действия группы игроков в ходе тактической комбинации. Фактический смысл подобного маневра состоит в том, чтобы дезориентировать противника, переиграть его за счет дозволенной футбольной хитрости.

„Мертвый мяч“ — неотразимый удар, который даже выдающимся вратарям крайне редко удается парировать.

Неожиданный удар — умение мастерски скрыть от соперника подготовку удара по воротам.

Острый пас — передача мяча одним игроком другому. Так, что получивший мяч оказывается в очень выгодном положении для атаки ворот противника.

Отбор мяча — одна из главнейших задач игроков оборонных линий. Отобрать мяч легче всего в момент приема соперником передачи. Можно перехватить мяч у нападающего во время его продвижения к воротам. Вторая задача — помешать ему ударить наиболее сильной ногой. Эффективный прием при отборе мяча - подкат. Однако он сильное оружие только для тех, кто хорошо им владеет.

Персональная опека - принцип защиты, согласно которому каждый игрок прикрепляется к определенному, «персональному» сопернику.

Подкат — эффективный прием отбора мяча. Сущность его заключается в том, что футболист, атакуя противника, неожиданно выбрасывает ногу по земле вперед, как бы «подкатывается» к нему. При этом мяч чаще всего бывает выбит за боковую линию или линию ворот. Подкат — прием не только технический, но и атлетический.

Прострельный удар — обычно такими ударами пользуются игроки, передающие мяч с фланга в середину поля на расстояние, достаточно близкое от ворот, полагая, что мяч, летящий с большой силой, может проскочить мимо защитников.

Разбор игры — обсуждение того, как проходила недавняя встреча с соперником.

Стандартные положения — моменты, когда остановленная судьей игра возобновляется выполнением свободного, штрафного или углового ударов, либо вбрасыванием мяча из-за боковой линии.

«Стенка» — употребляется в двух значениях. Одно — название заслона из игроков с целью защиты своих ворот при пробитии штрафных ударов соперником. Другое — тактическая комбинация. Футболист, владеющий мячом, передает его партнеру в расчете на моментальное возвращение мяча первым же касанием.

Темп игры — не что иное, как скорость ведения встречи. Чем выше темп игры, тем труднее футболистам взаимодействовать, точно выполнять технические приемы и, разумеется, тем выше их физическая нагрузка.

Укрыть мяч — это умение достигается определенным положением туловища. Обычно, овладевшие этим приемом, ведя мяч, наклоняют туловище вперед или в сторону и тем самым отрезают сопернику возможность подойти к мячу.

Финал — заключительная встреча команд в кубковых состязаниях. Иногда финалом называют матчи, проводимые после предварительных игр. Например, финал первенства мира или Олимпийских игр.

Финт — за рубежом так называется всякое обманное движение в футболе.

ФИФА — сокращенное название Международной федерации футбола. Создана 21 мая 1904 года в Париже на учредительном конгрессе в присутствии семи делегатов от шести стран: Бельгии, Голландии, Дании, Швеции, Швейцарии и Франции.

Фланг — правая или левая оконечность строя или боевого расположения войск. В футболе фланг — это крайние правые или крайние левые игроки линий нападения и защиты.

Форвард — игрок передней линии футбольной команды, нападающий.

Футбол — игра в «ножной мяч», от английского «foot» — нога, «ball» — мяч. Сохранил свое название во Франции, Испании, России.

Хавбек — полузащитник в английском футболе («хав» — полу, «бек» — задний)

Хет-трик

— три мяча, забитых в матче одним и тем же футболистом. Центр поля — отметка на средней линии, из которой проводится круг радиусом девять метров. Мяч кладется в центре поля и после начального удара считается в игре, когда пройдет расстояние, равное длине своей окружности.

Центральный круг — часть разметки футбольного поля. Проводится радиусом девять метров из центра поля.

Чемпион — спортсмен или команда, победившая в любых соревнованиях на первенство. Каждый футболист команды-победительницы, сыгравшей предусмотренное положением количество игр, также вправе называться чемпионом.

Чемпионат — соревнования на первенство, цель которых — выявить чемпиона.

Штанга — этим немецким словом у нас принято называть стойку ворот; штанга существует только в русском футбольном лексиконе.

Штрафная площадка — участок поля перед воротами.

Штрафной удар — наказание, назначаемое за умышленное касание мяча рукой и за применение грубых приемов.

Щитки — предохранительные накладки для защиты голени от ударов.

Эмблема — условное или символическое изображение какого-либо понятия или идеи, которое указывает на принадлежность к какому-либо клубу или обществу.

Юниор — футболист в возрасте до восемнадцати с половиной лет.

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (далее – Программа) является программой физкультурно-спортивной направленности и предназначена для организации образовательной деятельности в учреждении дополнительного образования г. Краснознаменска.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность программы.

Выдающиеся политические деятели, военачальники и писатели, музыканты, ученые видели и видят в футболе не просто отдых и развлечение,

но и развитие двигательных качеств, эффективное средство воспитания и развития человека. К числу наиболее в активные социальные функции футбола относится функция педагогическая, развития познавательной активности обучающихся, их самостоятельности в принятии оптимальных решений в самых различных ситуациях, требующих повышенного внимания, ответственности, высокой культуры и дисциплины мыслительной и физической деятельности.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа детей школьного возраста к систематическим занятиям в секции для повышения уровня физической подготовленности.

Своевременность и новизна программы заключается в том, что она направлена не только на развитие физических и технических, но и личных качеств личности ребенка, помогает ему заранее определиться в той или иной будущей сфере деятельности, профессии и помогает сделать для себя (совместно с родителями) соответствующий выбор.

Вместе с тем, систематические занятия футболом оказывает на организм учащихся всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие, способствуя укреплению самодисциплины и самоорганизованности, проявлению навыков содержательного проведения досуга, позволяют формировать у обучающихся практические навыки здорового образа жизни, умение противостоять негативному воздействию окружающей среды.

Педагогическая целесообразность

Педагогической целесообразностью программы является то, что специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов ребят (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры,

согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Практическая значимость образовательной программы

Отличаясь доступностью, простотой и привлекательностью, футбол вносит вклад во всестороннее гармоничное развитие человека, независимо от возраста, профессии, спортивной футбольной квалификации. Во всем мире растет понимание того, что школа не может обеспечить знаниями своих учащихся на все случаи жизни.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций обучающихся. Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность ребят, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Теоретически и практически обоснована не только целесообразность, но и сама возможность использования футбола в формировании элементов научного стиля мышления творческих способностей, эстетических взглядов, повышение успеваемости детей по всем предметам.

Принципы отбора содержания образовательной программы

Реализация программы основывается на следующих принципах:

- *Принцип вариативности*, обосновывающий планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями подростков, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

- *Принцип достаточности и сообразности*, определяющий распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности подростков.

- *Принцип доступности знаний* – соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности.

- *Принцип систематичности и последовательности* - планирование учебной культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов.

• *Принцип соответствия обучения возрастным и индивидуальным особенностям* - усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования детьми освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

• *Принцип постепенного наращивания функциональных воздействий* гарантирует повышение уровня функциональных возможностей организма и физической подготовленности, повышенные темпы развития двигательных способностей. Применение стандартных упражнений и стандартных нагрузок переводит организм в стадию устойчивой адаптации. При выполнении упражнений будут совершенствоваться различные качества, но при подборе средств и методов нужно выделять их преимущественную направленность на развитие ведущего качества (силу, быстроту, ловкость, гибкость, выносливость и прочие).

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность данной Программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

Данная программа отличается от других программ тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес обучающихся к данному виду спорта.

Цель программы

Цель программы: формирование здорового образа жизни, профилактика асоциального поведения детей и подростков через развитие устойчивого интереса к игре в футбол и создания благоприятных условий для дальнейших занятий спортом.

Задачи программы:

Задачи	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
<i>Обучающие</i>	ознакомить с историей и основными понятиями о футболе, создать у учащихся общее представление о структуре выполнения	разучить историю легенд мирового футбола, совершенствовать терминологию футбола и технику	совершенствовать специальные технические умения, овладеть индивидуальными методами

	основных технических приемов игры в футбол.	игры.	действий в игре
<i>Развивающие</i>	развивать разностороннюю физическую подготовку, детально изучать основные технические приемы; развивать потребность в самообразовании.	приобщать детей к истокам советского и российского спорта, формировать основы здорового образа жизни.	развивать двигательные качества, раскрывать спортивные способности детей.
<i>Воспитывающие</i>	формировать мировоззрения гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов, патриотизм, культуру общения с микро- и макро-коллективами, воспитывать чувства гордости и ответственности за спортивное наследие.	приобщать детей к истокам советского и российского спорта, формировать самодисциплину и ответственность.	формировать чувство коллективизма, развивать чувство толерантности, формировать потребность добросовестного отношения к занятиям футболу.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей и юношества в возрасте 9-17 лет.

Набор детей в объединение – свободный.

Особенности организации образовательного процесса

Основной формой организации учебного процесса является учебно-тренировочное занятие, направленное на отработку технических и практических приемов.

Специального отбора обучающихся в объединение для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Футбол» не предусмотрено. Зачисление на тот или иной год обучения осуществляется в зависимости способностей обучающихся.

Набор в объединение – свободный.

Программа объединения предусматривает групповые, индивидуальные, фронтальные формы работы с детьми.

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Образовательная деятельность осуществляется с 1 сентября по 31 мая.

Общее количество часов на освоение программы (максимальное) – 504 часа.

Продолжительность одного учебного года - 36 недель.

Продолжительность занятия исчисляется в академических часах – по 2 академических часа по 45 минут с 10-минутным перерывом. Недельная нагрузка на одну группу: 4-6 часов.

Этап подготовки	Период и год обучения	Кол-во учащихся в группе	Объем учебной работы, часов в неделю/кол-во занятий	Продолжительность одного занятия, академические часы	Часовая нагрузка в год
I	1 год обучения	15	4/2	2	144
II	2 год обучения	15	4/2	2	144
III	3 год обучения	15	6/3	2	216

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 3 года.

На полное освоение программы требуется 504 часа, включая тренинги, участие в спортивных праздниках и состязаниях.

Основные формы и методы обучения

Формы обучения

- индивидуальная;
- фронтальная;
- групповая;
- поточная.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия по судейству, где подробно изучаются содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач используются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели педагог использует: объяснение, рассказ, замечание, команды указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- метод повтора упражнений;

- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод повтора упражнений, который предусматривает многократное повторение движений, для выработки устойчивого навыка.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательные методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально-подготовленных местах. Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Планируемые результаты реализации программы

Программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты отражают индивидуальные личностные качества обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса. Это:

- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

Метапредметные результаты - характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности.

Это:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности;
- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) в соответствии с возможностями своего организма;
- умение работать в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.

Предметные результаты – характеризуют умение и опыт обучающихся, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения данного вида спорта, а именно:

обучающиеся узнают:

- о функциональной направленности физических упражнений, их влияния на организм человека,
- об основах самостоятельного освоения двигательных действий и развития физических качеств, коррекции осанки и телосложения,
- об основах физкультурной деятельности.

Механизм оценивания образовательных результатов

Способы проверки результатов освоения Программы

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются:

- результаты участия в соревнованиях,
- рост уровня дисциплины,
- рост навыков коллективного взаимодействия и самоорганизации,
- стремление к дальнейшему самосовершенствованию.

Формы подведения итогов реализации образовательной программ

Формы аттестации

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится аттестация:

- Входная. Определяет стартовый уровень умений и спортивной подготовки учащихся, ранее не занимавшихся по образовательной Программе. Входная аттестация проводится в сентябре и включает в себя

изучение уровня общей физической подготовки, направленное на определение стартового уровня общей физической подготовленности детей.

- Промежуточная. Проводится после прохождения каждого раздела. В промежуточную аттестацию добавлены испытания по технической и специальной физической подготовке. Результаты промежуточной аттестации отражаются в Протоколах, индивидуальных картах обучающихся, на каждый год обучения.

- Итоговая аттестация проводится в конце третьего года обучения, по окончании реализации программы.

Сроки проведения промежуточной аттестации устанавливаются в соответствии с учебным календарным планом и графиком проведения аттестации.

Тренеры-преподаватели за месяц до аттестации должны быть осведомлены о графике проведения промежуточной аттестации, перечень контрольных нормативов и тестов доведен до сведения обучающихся.

Результаты проведения аттестации заносятся в протокол и заверяются членами Тренерского совета.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, материалы анкетирования и тестирования, фото, Протоколы соревнований, Протоколы Тренерского совета.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: результаты контрольных нормативов физической и технической подготовки (карты проверки результатов - Приложение №1), соревнования (протокол оценки соревнования), аналитические материалы по итогам проведения диагностики в личных делах обучающихся.

Формы проведения аттестации.

Раздел «Теоретическая подготовка» - беседа (устный опрос)

Раздел «Общая физическая подготовка» - сдача контрольных нормативов

Раздел «Специальная физическая подготовка» - сдача контрольных нормативов

Раздел «Технико-тактическая подготовка»- мониторинг индивидуальных достижений

Текущий контроль успеваемости осуществляет тренер-преподаватель самостоятельно во время проведения занятий.

Система и критерии оценок при проведении аттестации.

Система и критерии оценок при проведении аттестации должны быть едиными для всех обучающихся.

Порядок оценивания результатов:

-«Теоретическая подготовка» проводится в форме беседы (устный опрос), на основании экспертной оценки тренера-преподавателя и заканчивается **оценкой «зачет»** или «незачет».

-«Общая физическая подготовка», «Специальная физическая подготовка» проводится в виде сдачи **контрольных нормативов** и заканчивается оценкой «сдано» или «не сдано».

-«Технико–тактическая подготовка» проводится на основании экспертной оценки тренера-преподавателя, выполнения технико – тактических приемов в процессе учебно-тренировочных занятий, контрольных стартов и соревнований с выставлением **оценки «зачет»** или «незачет».

Для успешного прохождения аттестации обучающемуся необходимо:

- выполнить не менее 50% упражнений по ОФП и СФП
- получить «зачет» по теоретической и технико-тактической подготовки.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

<i>Материально-техническое обеспечение</i>	<i>Информационное обеспечение</i>
спортивный зал, футбольное поле 100 х 50, футбольная сетка – 2, футбольные ворота – 2, раздевалка- 2, скамейки гимнастические – 4, перекладина навесная – 1, комплект мячей – 10, скакалки – 15, судейский свисток – 1, фишки, конусы – 10, медицинская аптечка – 1, футбольная форма (комплект) – 15, манишки - 20.	фильмы о великих игроках, портреты лучших игроков мира.
<i>Кадровое обеспечение</i>	
Квалификационные требования: высшее или среднее педагогическое образование, соответствие специальности и квалификации по диплому профилю программы без предъявления требования к стажу работы.	Необходимые компетенции

Оценочные материалы

В течение первого полугодия и в конце года заполняется таблица «Качественная оценка результатов по разделам программы», где после изучения каждого раздела программы определяются критерии оценки уровня

обученности детей по дополнительной общеобразовательной программе - оптимальный, хороший или допустимый:

- оптимальный (высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы, имеет спортивные достижения на уровне города, области, России);

- хороший (полное освоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки);

- допустимый (освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий).

Представленные диагностические методики позволяют оценить динамику физического и моторного развития и становление координационных механизмов, теоретическую подготовку.

Программа нормативных требований обучающихся по возрастным группам (9-12 лет и 13-17 лет) состоит из двух разделов, характеризующих:

1. развитие физических качеств: силовой выносливости, скоростно-силовых качеств, быстроты, ловкости и других;
2. контроль специальной физической подготовки.

Контроль физической и специальной подготовки представлен в **Приложении №2** (Диагностическая карта обучающегося)

Организационно-педагогическая основа обучения.

Данная программа ориентирована на достижение определенных задач, исходя из психолого-возрастных особенностей ребенка и времени результативности обучения.

Наполняемость в группах составляет до 15 человек. Любой обучающийся имеет право быть зачисленным в состав учебной группы на основе медицинских показаний. Набор в группу проводится независимо от уровня подготовки и пола учащихся. Для детей, зачисляемых в объединение, предусматривается обследование в медицинском учреждении один раз в год по месту регистрации с последующим получением медицинской справки о допуске к занятиям по избранному виду спорта. Накануне соревнований учащиеся проходят текущий осмотр врача терапевта для получения справки по допуску к соревнованиям.

Учебно-методическое обеспечение

Методы обучения и воспитания. При реализации программы используются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский, игровой, проектный. А также следующие методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Формы организации учебного занятия. Возрастные особенности учащихся требуют, чтобы занятия велись в увлекательной форме, были эмоциональны, методически разнообразно построены, насыщены играми.

Программой предусмотрены:

- учебно-тренировочные занятия;
- учебные игры;
- беседы;
- мастер-классы;
- соревнования;
- контрольные занятия;
- зачеты;
- спортивные праздники.

Педагогические технологии. В ходе реализации программы «Футбол» используются следующие педагогические технологии: группового обучения, коллективного взаимообучения, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. Этому способствуют совместные обсуждения техники игры, выполнения упражнений, а также поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, командный дух соревнований.

Главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

- создание условий для развития личности юных футболистов, сохранения и укрепления их здоровья;
- соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля;
- воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности;
- привитие любви к систематическим занятиям спортом;
- формирование знаний, умений и навыков по футболу и достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовки.

Структура занятия и его этапов. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

В объединение «Футбол» привлекаются обучающиеся в возрасте 9-17 лет. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп секции по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Содержание программы позволяет сохранить комплекс занятий физической культурой, последовательно решать задачи физического воспитания обучающихся на всем этапе обучения.

Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих различные виды подготовки юных футболистов:

- теоретическую,
- физическую (общую и специальную),
- техничко-тактическую.

В разделе «Теоретическая подготовка» представлен материал, дающий начальные основы знаний об истории развития футбола в стране и за рубежом. Раздел «Общая и специальная физическая подготовка» содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества. В разделе представлен материал с учетом характера игровой деятельности, способствующий приобретению умений и эффективному их использованию в этой деятельности, развивающий кондиционные способности, а также всевозможные сочетания этих групп способностей у занимающихся не только при работе с мячом, но и без мяча.

Основой подготовки учащихся является овладение технико-тактическими приёмами игры. Для их реализации используется упражнение избирательного характера. Особенностью этих упражнения является то, что они обладают способностью избирательного воздействия на определенные функции обучаемых, чтобы данная функция попадала под максимальную «нагрузку» в зависимости от подготовки обучаемых. Эти упражнения не требуют большого уровня футбольных знаний и навыков. Этим они отличаются от упражнений, которые используются в тренировочном процессе, где успешность разучивания различных футбольных упражнений, тактических навыков, комбинаций определяются не только уровнем способностей, но и объемом имеющихся у него знаний и умений.

Разделы «Техническая подготовка» и «Тактическая подготовка» включают в свое содержание различные средства физической культуры, направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений. Специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом) позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Программа реализуется с учетом возрастных особенностей детей, физического развития и функциональных возможностей детского организма.

На занятиях учащиеся приобретают навыки судейства игры.

Игра в футбол дисциплинирует мышление, воспитывает сосредоточенность, развивает внимание.

Методическое обеспечение программы

№ n/n	Название раздела	Формы организации занятий	Методы и приёмы обучения
1.	Развитие футбола в России	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
3.	Оборудование мест занятий	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
4.	Правила игры	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
5.	Общая и специальная физическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
6.	Основы техники и тактики игры	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
7.	Контрольные игры и соревнования	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
8.	Тестирование	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.

Электронно-цифровые ресурсы:

<http://mosoblcenter.ru/>

<http://school-collection.edu.ru/>

<http://pedsovet.org/m/>

<http://www.edu.baltinform.ru/>

<http://dob.1september.ru/>

<http://www.ug.ru/>

<http://www.infosport.ru>

<http://www.libsport.ru/>

<http://www.infosport.ru/sp/>

Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1-й год обучения					
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, наблюдение
1.	История развития футбола	8	8	-	Опрос, тест
2.	Элементарные понятия о футболе, как игре	24	24	-	Опрос
3.	Основные упражнения и технические приемы	64	2	62	Контрольные нормативы
4.	Двусторонняя игра	45	-	45	Соревнование
	Итоговое занятие	1	-	1	Тестирование
	Всего:	144	35	109	
2-й год обучения					
	Вводное занятие	2	2	-	Опрос, наблюдение
1.	Развитие общей физической подготовки	48	4	44	Сдача нормативов
2.	Техническая подготовка	32	2	30	Сдача нормативов
3.	Подвижные игры с техническими элементами футбола	44	12	32	Сдача нормативов
4.	Терминология в футболе	8	4	4	Опрос, тест
5.	Контрольная диагностика	4	-	4	Зачет, сдача

					нормативов
6.	Легенды мирового футбола	5	2	3	Презентации
	Итоговое занятие	1	-	1	
	Всего:	144	26	118	
3-й год обучения					
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, тест
1.	Развитие общей физической подготовки	38	-	38	Мини - тест
2.	Развитие специальной физической подготовленности	74	2	72	Мини-тест
3.	Специальные упражнения и технические приемы	52	4	48	Контрольные нормативы
4.	Учебно-тренировочная игра с заданием	18	2	16	Соревнования
5.	Двусторонняя игра	30	-	30	Соревнования
	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ, рекомендации
	Всего:	216	9	207	
	ИТОГО:	504	70	434	

Содержание учебного плана

1-й год обучения

Вводное занятие. 2 час.

Теория. Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь футболиста.

Практика. Начальная диагностика знаний, умений и навыков.

Раздел 1. История развития футбола. 8 час.

Теория. Происхождение футбола. Истории великих футболистов.

Раздел 2. Элементарные понятия о футболе, как игре. 24 час.

Теория. Основы и правила игры в футбол.

Практика. 6 часов: Расстановка игроков перед началом игры. Кто начинает первый. Защитник. Место в начальном положении. Полузащитник. Нападающий.

Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы. 64 час.

Теория. Техничко-тактические приемы.

Практика. 1) Разучивание основных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- стойка, передвижения, остановка и повороты футболиста;
- ведение мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- остановка мяча (внутренней и внешней стороной стопы, подошвой и голенью, грудью);
- передача мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- удары по мячу (внутренней и внешней стороной стопы, подъемом, головой);
- жонглирование мячом.

2) Тренировочные упражнения с заданиями для полевых игроков:

- ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек);
- передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание;
- удары по мячу с разбега, по катящемуся мячу, после отскока;
- пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание основных упражнений и технических приемов для вратарей:

- упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости и координации: прыжки со скакалкой, на месте, в высоту и длину, кувырки в группировке и т.д.
- прием катящегося мяча, прием высоко и низколетающих мячей.

Раздел 4. Двусторонняя игра. 45 час.

Практика. Игра. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических приемов. Промежуточная аттестация. Контрольные тесты.

Итоговое занятие. 1 час.

Практика. Промежуточная аттестация. Контрольное тестирование уровня теоретической подготовки первого года обучения.

2-й год обучения

Вводное занятие. 2 час.

Теория. Содержание второго года обучения. Знакомство с курсом программы 2 года обучения. Повторный инструктаж по технике безопасности. Правила оказания первой помощи.

Практика. Диагностика определения уровня освоения теоретической части программы.

Раздел 1. Развитие общей физической подготовки. 48 час.

Теория. Средства восстановления после нагрузки.

Практика. Упражнения на развитие скорости. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнение на развитие гибкости. Упражнение на развитие силы. Бег в равномерном темпе. Эстафетный бег. Упражнения на развитие прыгучести. Бег с препятствиями. Челночный бег.

Раздел 2. Техническая подготовка. 32час.

Теория. Влияние физических и природных факторов на технику футболиста.

Практика. Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы, подъёмом; остановка катящегося мяча подъёмом и подошвой, остановка мяча грудью; удары по мячу головой; обводка на медленной скорости; передача мяча партнёру; ловля низколетящего мяча вратарём; ведение мяча, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, ведение между стоек, ведение сильной и слабой ногой. Удары внутренней, внешней стороной стопы, удары подъёмом. Двухсторонняя игра.

Раздел 3. Подвижные игры с элементами футбола. 44 час.

Теория. Правила подвижных игр с элементами футбола.

Практика. «Волейбол ногами», «Гандбол с элементами игрой головой», «Отдай мяч капитану», «Салки мячом». «Собачки». «Игра в четверо ворот», «Игра одновременно ногами и руками». «Футбол в присядку», «5 передач-гол», «Футбол в парах».

Раздел 4. Терминология в футболе. 8 час.

Теория. Жесты и действия судей во время игры в футбол.

Практика. Боковая. Аут. Вне игры, Гетры. Бутсы, Судья. Пляжный футбол. Мини-футбол. Футзал. Еврокубки. Разметка. Ворота. Золотой мяч. Бомбардир. ФИФА. УЕФА. Лига чемпионов. Кубок УЕФА.

Раздел 5. Контрольная диагностика. 4 час.

Практика. Промежуточная аттестация. Зачет. Ведение мяча на скорость. Жонглирование мяча. Удар на дальность. Удар на точность. Игровое тестирование. КПД в игровой деятельности.

Раздел 6. Легенды мирового футбола. 5 час.

Теория. Пеле. Гарринча. Пушкаш. Эйсебио. Метьюз. Яшин. Ривера. Кройф. Беккенбауэр. Мюллер. Платини. Марадона. Ван Бастен. Гуллит. Маттеус. Клинсман. Зидан.

Практика. Презентации «Мой любимый футболист».

Итоговое занятие. 1 час.

Практика. Представление презентаций.

3-й год обучения

Вводное занятие. 2 час.

Теория. Повторный инструктаж по технике безопасности, меры предохранения от перегревания, первая помощь при спортивных травмах, закаливание.

Практика. Диагностика с целью определения уровня освоения теоретической части программы.

Раздел 2. Развитие общей физической подготовки. 38 час.

Практика. Упражнения для развития общей физической подготовки: ОРУ на месте и в движении, бег на различные дистанции, упражнения с гантелями, штангой, подвижные и спортивные игры. Упражнения с мячами и спец приспособлениями.

Раздел 3. Развитие специальной физической подготовки. 74 час.

Теория. Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол.

Практика. Развитие скоростных качеств: бег на короткие дистанции с максимальной скоростью, бег на месте, челночный бег, ускорения с мячом, различные эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств: подскоки вверх из глубокого приседа, приседание на одной ноге, броски набивного мяча на различные расстояния, бег с отягощением. Развитие выносливости: повторно-интервальный бег на средние и длинные дистанции, бег с отягощением, сопротивлением и повышенной скоростью, игровые упражнения с повышенной интенсивностью. Развитие ловкости и гибкости: подвижные игры, преодоление полосы препятствия, гимнастические упражнения, упражнения в положении лежа, упоры.

Раздел 4. Специальные упражнения и технические приемы. 52 час.

Теория. Особенность специальных упражнений, как для полевых игроков, так и для вратарей.

Практика. 1) Разучивание специальных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- обводка игроков, ведение, остановка и удары по воротам различными способами;
- жонглирование мяча бедром и головой; - вбрасывание мяча из-за боковой линии;

- отбор мяча различными способами (толчком плечом в плечо, с помощью подката);
- финты и их выполнение.

1. Тренировочные упражнения с заданиями:

- дальние и ближние передачи в парах, тройках по диагонали и вдоль поля;
- дальние удары по воротам и удары после прострела;
- ведение мяча с последующим ударом по воротам;
- подачи угловых; - пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание специальных упражнений и технических приемов для вратарей:

- бросок за мячом, отбивание мяча кулаком;
- игра на выходах.

Раздел 5. Учебно-тренировочная игра с заданием. 18 час.

Теория. Тактические действия игры в защите и нападении.

Практика. Взаимодействие игроков в защите при подаче угловых и штрафных ударов. Разучивание взаимодействия игроков при игре в 3-и, 4-е защитника.

Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов и штрафных ударов. Взаимодействие игроков при игре в одного и двух нападающих.

Игра в два касания. Игра только слабой ногой. Мяч забивать с расстояния не менее 10 метров. Игра ногами и руками. Игра руками, а мяч забивается головой. Мяч забивается только с передачи партнёра.

Раздел 6. Двусторонняя игра. 30 час.

Практика. Итоговая аттестация в форме футбольного праздника. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических и тактических действий и их совершенствование.

Итоговое занятие. 2 час.

Практика. *Круглый стол.* Подведение итогов. Анализ достижений, рекомендации.

Планируемые результаты

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы «Футбол» у обучающихся формируются:

<i>Личностные (социально-личностные) компетенции:</i>	<i>Метапредметные компетенции:</i>
---	------------------------------------

дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях; умение оказывать помощь своим сверстникам.	умения определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; умение объективно оценивать результаты собственного труда; понятия о роли игры в укреплении здоровья; умение рационально распределять свое время в режиме дня; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.
--	--

Предметные компетенции:

<u>к концу 1-го года обучения</u>	<u>к концу 2-го года обучения</u>	<u>к концу 3-го года обучения</u>
знание истории развития футбола в России; значение занятий футбола для организма человека; роль и значение занятий в укреплении здоровья; индивидуальные особенности физического и психического развития организма и их связь с регулярными занятиями футболом; умения вести контроль за индивидуальным физическим развитием, соблюдать правила личной гигиены, выполнять ведение и передачи мяча, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма.	знание основной терминологии футбола и имена мировых звёзд футбола; упражнений общефизической подготовки и подвижных игр с элементами футбола; умения выполнять элементы технической оснащённости футболиста, самостоятельно проводить разминку, проводить самоконтроль, пользоваться инвентарём для тренировок.	знание упражнений специальной физической подготовки, особенностей развития футбола, особенностей выполнения технических навыков в футболе и финтов; умения выполнять обводку в игре, свободно жонглировать мячом, применять финты в игре и технически правильно осуществлять двигательные действия.

Организация процесса аттестации.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится после прохождения каждого раздела. Сроки проведения промежуточной аттестации устанавливаются в соответствии с учебным календарным планом и графиком проведения аттестации.

Тренеры-преподаватели за месяц до аттестации должны быть осведомлены о графике проведения промежуточной аттестации, перечень контрольных нормативов и тестов доведен до сведения обучающихся.

Для проведения аттестации обучающихся создается аттестационная комиссия. Результаты проведения аттестации заносятся в протокол и заверяются членами Тренерского совета.

Формы проведения аттестации.

Раздел «Теоретическая подготовка» - беседа (устный опрос)

Раздел «Общая физическая подготовка» - сдача контрольных нормативов

Раздел «Специальная физическая подготовка» - сдача контрольных нормативов

Раздел «Технико- тактическая подготовка» - мониторинг индивидуальных достижений

Форма проведения аттестации должна быть понятна обучающимся.

Текущий контроль

Текущий контроль успеваемости осуществляет тренер-преподаватель самостоятельно во время проведения занятий.

Система и критерии оценок при проведении аттестации.

Система и критерии оценок при проведении аттестации должны быть едиными для всех обучающихся.

Порядок оценивания результатов:

-«Теоретическая подготовка» проводится в форме беседы (устный опрос), на основании экспертной оценки тренера-преподавателя и заканчивается **оценкой «зачет»** или **«незачет»**.

-«Общая физическая подготовка», «Специальная физическая подготовка» проводится в виде сдачи **контрольных нормативов** и заканчивается оценкой «сдано» или «не сдано».

-«Технико–тактическая подготовка» проводится на основании экспертной оценки тренера-преподавателя, выполнения технико – тактических приемов в процессе учебно-тренировочных занятий, контрольных стартов и соревнований с выставлением **оценки «зачет»** или **«незачет»**.

Для успешного прохождения аттестации обучающемуся необходимо:

- выполнить не менее 50% упражнений по ОФП и СФП
- получить «зачет» по теоретической и технико-тактической подготовки.

Оценочные материалы

Теоретическая подготовка

Основные вопросы, темы, разделы, входящие в раздел «Теоретическая подготовка»:

1. Режим дня спортсмена.

2. Места занятий, оборудования инвентарь.
3. Техника безопасности, травматизм.
4. Правила игры, соревнований.
5. Основы техники и тактики футбола

Промежуточная аттестация по теоретической подготовке проводится в форме беседы (устный опрос) (при ответе на 60 % вопросов) на основании экспертной оценки тренера-преподавателя. По итогам ставится оценка «зачет» или «незачет».

Карты проверки результатов

Сдача контрольных нормативов на уровень физической готовности является одной из ключевых форм оценки достижений в освоении данной Программы. Таблица нормативных требований – в **Приложении №1**

Способы проверки результатов освоения Программы

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются

- результаты участия в соревнованиях,
- рост уровня дисциплины,
- рост навыков коллективного взаимодействия и самоорганизации,
- стремление к дальнейшему самосовершенствованию.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится аттестация:

- **Входная.** Определяет стартовый уровень умений и спортивной подготовки учащихся, ранее не занимавшихся по образовательной Программе. Входная аттестация проводится в сентябре и включает в себя изучение уровня общей физической подготовки, направленное на определение стартового уровня общей физической подготовленности детей.

- **Промежуточная.** Она проводится в декабре и мае (открытые занятия). В промежуточную аттестацию добавлены испытания по технической и специальной физической подготовке. Результаты промежуточной аттестации отражаются в Протоколах, индивидуальных картах обучающихся, на каждый год обучения.

При реализации Программы используются следующие методы отслеживания результативности:

- словесные:* беседа;
анализ тренировочной и соревновательной деятельности;
самоанализ;
разбор игры (игровых эпизодов).
- наглядные:*
показ иллюстраций,
видеоматериалов;
наглядный показ.

практические:
соревновательный метод;
метод тренировочной нагрузки (интервальный, равномерный, переменный);
игровой метод;
аутотренинг;
метод круговой тренировки.
психологические:
наблюдение;
беседа;
анкетирование;
эксперимент.

При выполнении упражнений с мячами используются следующие **методы:**

Повторный - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).

Интервальный - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.

Вариативный - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).

Метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).

Игровой - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.

Соревновательный — это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

Метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально

подготовленных местах («станциях»). Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных недель- 36

Количество учебных дней- 72

Продолжительность каникул - с 01.06.25 -31.08.2025

Дата начала и окончание учебных периодов – 01.09.2024- 31.05.2025

Праздничные (выходные) дни в соответствии с производственным календарем на 2021-2022 учебный год:

- 6 ноября – День народного единства;
- 1,2,3,4,5,6, и 8 января – новогодние каникулы;
- 7 января – Рождество Христово;
- 23 февраля – День защитника Отечества;
- 8,9 марта – Международный женский день;
- 1,2 мая – Праздник весны и труда;
- 9 мая – День Победы;
- 12 июня – День России

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 года № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления

образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступает в силу с 01.03.2023 года)

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

9. Приказ Министерства образования от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022-2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

10. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении дополнительного образования детей до 2030 года».

10.

Интернет-ресурсы

Методика обучения технике игры в футбол

<https://infourok.ru/metodika-obucheniya-tehnike-igry-v-futbol-6459243.html>

Методическое пособие – футбол для детей

http://unostpskov.ucoz.ru/metodich/futbol_pourochnaja_programma_sog.pdf

Программа подготовки футболистов, методические рекомендации

https://fc-rostov.ru/files/training_program_for_football_players_6-9_years_old.pdf

Видео уроки

<https://www.dokaball.com/video-uroki>

Российское образование Федеральный образовательный портал

<http://www.edu.ru/>

Российский футбольный союз

<https://rfs.ru/projects/russianfootball/futbolvshkole>

Министерство спорта РФ

<http://www.minsport.gov.ru>

Для педагога

1. Асович, А. А. Гуминский, Ю.П Ильичев и др.; Футболист в игре и тренировке / Под общей ред. кан. пед. наук С. А. Савина. – М.: Физкультура и спорт, 1975 – 108 с.: ил.
2. Лях.В.И. Зданевич.А.А. – комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов.- Москва «Просвещение», 2006-128с.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. – М.: Физическая культура и спорт, 1976. – стр. 109-113, 120-122.
4. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528 с., ил.
5. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт, 1982, 2-е исправл. и дополн идз., - 207 с., ил. – Азбука спорта.
6. Чирва Б. Г. – Построение технической подготовки юных футболистов с учетом сенситивных периодов становления технического мастерства. Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. № 4-2007. с 15.

Для учащихся

1. Алтановский «Методические рекомендации». - М.: Физкультура и спорт, 1997-2005 г.
2. Ашмарин Б.А. Двигательные умения и навыки. Теория и методика физического воспитания: Учеб. пос., гл. IV. М., 1979. С.65-75.
3. Бриль М. С. Отбор в спортивных играх. – М.: Физкультура и спорт, 1980 – 127 с.; 20 см.
4. Годик М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980.
5. Голомазов С. Меткость, точность и техника действий с мячом и принципиальные подходы к тренировке точности быстрых движений. С. Голомазов, В. Зациорский, Б. Чирва. Теория и практика футбола. – 2004. № 1. – С. 33-35.
6. Голомазов С. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов. С. Голомазов, Б.Чирва. – М.:РГАФК, 1994. – 80 с.
7. Козловский «Юный футболист». - М. 1974 г.
8. Коробейников, А.А. Михеев, И.Г. Николенко «Физическое воспитание».-М. 1989 г.
9. Лаптев А.П. Режим футболиста. – 2-е изд., доп. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 80 с.

Приложения

Приложение №1

Карты проверки результатов

(сдача контрольных нормативов на уровень физической готовности)

По окончании 1 года обучения

13-17 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	6,1	5,5-5,0	5,2
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10 м (с)	9,3	8,7-8.5	8,4
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	140	160-185	190
4.	Выносливость	6-минутный бег	1000	1100- 1200	1250
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	5-6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	4-5	6

9-12 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150
4.	Выносливость	6-минутный бег	800	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6	7

6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из вися (раз)	1	2	4
----	---------	---	---	---	---

Тест - Удары по воротам на точность. Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров «сильной» ногой любым способом. Низкий-4 раза. Средний- 5 раз. Высокий- 6 раз.

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары любой частью тела, кроме рук. Низкий- 5 раз. Средний- 10 раз. Высокий- 12 раз

Тест - Удары по катящемуся мячу по воротам 2 из 3-х. Удары производятся с расстояния не ближе 15 метров. Пробивается 10 ударов.

Низкий- 4 попадания.

Средний- 5 попаданий.

Высокий- 6 попаданий.

По окончании 2 года обучения

13-17лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	6,0	5,6-5,9	5,2
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	9,5	8,6-8.4	8,3
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	140	170-185	200
4.	Выносливость	6-минутный бег	1030	1100-1200	1300
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	6-8	9
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из вися (раз)	2	5-6	7

9-12 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9

2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	135	140	160
4.	Выносливость	6-минутный бег	900	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	3	5

Тест - «Восьмёрка». Связан с обеганием пяти стоек, установленных в 10 мерах одна от другой, в углах и в центре квадрата. По сигналу футболист начинает движение с мячом от стойки, последовательно обводит остальные стойки. Низкий - 20с, средний – 18с, высокий - 16с.

Тест - Удары по воротам на точность. Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров каждой ногой любым способом. Низкий - 5 попаданий, средний – 6, высокий – 7.

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары любой частью тела, кроме рук (Низкий - 15 раз, средний – 25, высокий - 40). Набивание головой (Низкий - 5 раз, средний – 7, высокий - 10).

Тест - Передача в пара. Выполняются передачи через фишки 50 см. Расстояние между пасущими 8 метров. Передачи выполняются в одно касание. Низкий - 10 передач, средний – 14, высокий – 16.

По окончании 3 года обучения

13-17 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	5,9	5,5-5,1	4,8
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	9,1	8,7-8.3	8,1
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	155	180-195	200
4.	Выносливость	6-минутный бег	1030	1200-1300	1400

5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	3	7-9	10
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	6-7	8

9-12 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	6,5	6.0	5,6
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	135	145	165
4.	Выносливость	6-минутный бег (м)	950	1050	1150
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	4	6

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней, и внешней частями подъёма), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности, без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром. Низкий - 15 раз, средний – 20, высокий – 25.

Тест - Футболисты посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Расстояние до ворот 10 метров.

Низкий - 2 попадания, средний – 3, высокий – 4.

Тест - Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам. Выполняется с линии старта (30 м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой 4 стойки (первая стойка ставится в 10 метрах от штрафной площадки, а через каждые 2 м ставятся ещё 3 стойки) и, не доходя до штрафной, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. Если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Низкий - 12с, средний - 11с, высокий - 10с.

Вратари выполняют следующие упражнения:

1. Удар по мячу с рук на дальность (разбег не более 4 шагов).
Выполняется по коридору 10 метров. Низкий - 25 м, средний - 30 м, высокий - 35 м.
2. Вбрасывание мяча рукой на дальность. Выполняется по коридору шириной 3 метра, разбег не более 4 шагов. Низкий - 20 м, средний - 25 м, высокий - 28 м.

Приложение №2

Диагностическая карта обучающегося

ФИО Год обучения	Участие в соревнованиях			Уровень ОФП			Уровень СФП		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3

О – оптимальный уровень
Д – достаточный уровень
Н – недостаточный уровень

Приложение №3

УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ УСЛУГАМИ

АНКЕТА для родителей

Выбор учреждения дополнительного образования

Отметьте знаком «+» выбранный вами ответ.

1. Что способствовало выбору вами данного УДОД?
 - близкое расположение к дому;
 - хорошие отзывы о нем ваших знакомых;
 - реклама данного учреждения, увиденная вами в СМИ;
 - что-то еще _____
2. Что привлекает вас в образе руководителя, выбранного Вами, УДОД?
 - профессионализм;

- интеллигентность;
 - высокий рейтинг среди других руководителей;
 - что-то еще _____
3. Как вы оцениваете качество образовательных услуг данного УДОД?
- высоко;
 - средне;
 - удовлетворительно;
 - низко.
4. Удовлетворяет ли вас уровень комфортности образовательной среды?
- полностью;
 - частично;
 - не удовлетворяет.
5. Удовлетворяет ли вас стиль взаимоотношений участников образовательного процесса (*оцените по пятибалльной системе*)?
- ученик-учитель _____
 - учитель-учитель _____
 - учитель-родитель _____
6. Реализуются ли ваши целевые установки от посещения УДОД?
- выбор будущей профессии;
 - заполнение досуга;
 - укрепление здоровья;
 - возможность самоутверждения ребенка среди сверстников.
7. Удовлетворяют ли вас условия, в которых занимается ваш ребенок (*оцените по пятибалльной системе*)?
- материально-техническое обеспечение _____
 - санитарно-гигиенические условия _____
 - учебное обеспечение _____

Обработка анкеты

№п/п	Вопросы анкеты	Общее количество опрошенных	% от общего кол-ва
1			

2			
3			
4			
5			
6			
7			

Виды оценки: количественная (% соответствия) и качественная (ранжирование по 10-ти балльной шкале (1 место, 2 место и т.д.)

Алгоритм обработки результатов:

1. Расчет процентного соотношения ответов по каждой их позиции от общего числа респондентов.
2. Распределение полученных данных по критериям исследования (см. задачи исследования).
3. Анализ данных по каждой исследуемой группе.
4. По результатам исследования составить аналитический отчет, разработать рекомендации.

АНКЕТА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

Дорогой друг!

Прослушай следующие утверждения и оцени степень согласия с их содержанием по следующей шкале: 5 - совершенно согласен; 4 – согласен; 3 - трудно сказать; 2 – не согласен; 1 - совершенно не согласен.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели</i>	<i>Твои предложения</i>
	Знания и умения, которые я здесь получаю, имеют значение для моей будущей профессии.	
	Считаю, что секция по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни.	
	Получаю возможность поднять свой авторитет среди друзей.	
	Здесь всегда хорошие отношения между взрослыми и ребятами.	
	Постоянно узнаю много нового.	
	Занятия в коллективе дают возможность лучше понять самого себя.	

	Считаю, что в нашем коллективе созданы все условия для развития моих способностей.	
	Я доволен своими достижениями.	
	К нашим педагогам можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.	
	Я иду на занятия с радостью.	

Обработка анкеты

Виды оценки: качественная (5-ти бальная шкала).

Алгоритм обработки результатов:

1. Расчет балльного соотношения ответов по каждой их позиции от общего числа респондентов.
2. Распределение полученных данных. Анализ данных по каждой исследуемой группе.
3. По результатам исследования составить аналитический отчет, разработать рекомендации