

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА «НЕВСКАЯ» ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
(ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ» Г.О. МАРИУПОЛЬ»)

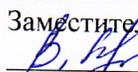
РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО педагогов
ЦЛОД

 И.А. Якшина

Протокол № 1
от «27» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
 Е.В.
Алесийская

от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ
«СШ «НЕВСКАЯ» Г.О.
МАРИУПОЛЬ»
 В.В. Бондарева

Приказ № 146
от «30» августа 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Мини-футбол»**
(возраст обучающихся (воспитанников) 7-15 лет

(срок реализации 3 года: по 6 ч в неделю соответственно, 216 часов за год)

Разработал программу: Куба А.И.
педагог дополнительного
образования

г.о. Мариуполь 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий:

- 2.1. Календарный учебный график
 - 2.2. Условия реализации программы
 - 2.3. Формы аттестации (контроля)
 - 2.4. Оценочные материалы
 - 2.6. Воспитательный компонент программы
- ### **3. Список литературы**

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа по мини-футболу (далее – Программа) является методическим документом, отвечающим современным требованиям подготовки спортсменов ЦДОД по футболу.

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);
- - Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года;
- - Приказ Минпросвещения РФ от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- - Приказ от 30 сентября 2020 г. N 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- - Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;
- - СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;
- - Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
- - Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- - Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- - «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
- Устава ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА «НЕВСКАЯ» ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ (новая редакция), утв. Приказом Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 21 июня 2024 г. № 432.

Физическое воспитание является одной из важнейших составляющих единого воспитательного - образовательного процесса формирования растущей личности. Существенное место в комплексе средств физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол.

Мини-футбол - поистине один из самых массовых и любимых видов спорта. Его популярность среди взрослых и детей чрезвычайно велика. Футбол привлекает своей зрелищностью, обилием разнообразных технических и тактических приемов борьбы, эмоциональностью, слаженностью действий команды воспитанников. Кроме того, это эффективное средство укрепления здоровья, развития всех функций организма.

Мини-футбол, как командная спортивная игра, в большей степени способствует разностороннему физическому развитию занимающегося. Постоянно меняющаяся игровая ситуация, непрерывная борьба за мяч связаны с самыми разнообразными движениями и технико-тактическими действиями. Систематическое занятие футболом, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на будущих футболистов: развивается функциональная деятельность их организма, обеспечивается нормальное физическое развитие.

Занятие спортом способствует также воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера: умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощи, уважение к партнерам или соперникам в играх, сознательной дисциплины, активности, чувства ответственности, пунктуальности, спортивной этики. Поэтому занятия в секции футбола содействуют "как физическому, так и нравственному развитию детей и подростков. Занятие футболом дают возможность постоянно развивать работу мышечного аппарата, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, повышать общую тренированность воспитанника. Командный характер игры и высокий технико-тактический уровень современного футбола предъявляет повышенные требования ко всем сторонам психики воспитанников. Футбол воспитывает не только силу, быстроту, ловкость, но и мужество, волю к победе, чувство коллективизма. Таким образом, футбол является эффективным средством воспитания растущей личности.

В условиях современной общеобразовательной школы у обучающихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить, отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность и рассчитана на развитие и оздоровление детей в ходе общей и специальной физической подготовке, а также коллективно-игровой деятельности. Общая физическая подготовка направлена на всестороннее развитие организма и прежде всего опорно-двигательного аппарата, сердечнососудистых и дыхательных систем.

Игровая деятельность комплексно воздействует на органы и систему детей, укрепляет их, повышая общий уровень функционирования, обеспечивает развитие физических качеств и формирование двигательных навыков.

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность программы. Актуальность разработки программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности обучающихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Новизна заключается в том, что в данной программе применяются как традиционные, так и современные подходы к профилактической работе, которая проводится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

Практическая значимость программы в том, что такой вид спорта как футбол позволяет формировать волевые качества, моральные качества. Игра требует подчинению правилам, которые воспитывают в юной личности справедливость, честность, уважение к партнерам. Необходимо добавить, что в процессе занятий футболом воспитываются такие личностные качества как тактическое мышление, внимание, быстрота реакции, элементы творчества. Известно, что дети, занимающиеся игровыми видами спорта, легче приспосабливаются к жизни, менее конфликтны и умеют плодотворно работать в «команде».

Отличительной особенностью программы «Футбол» является то, что она дает возможность каждому обучающемуся попробовать свои силы и максимально реализовать себя. В процессе обучения легко и естественно осваиваются упражнения, получают навыки самостоятельной работы.

Адресат программы. В объединение «Футбол» принимаются все желающие обучающиеся 8-17 лет, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий физическими упражнениями (независимо от уровня владения данным видом спорта) и мотивированные на занятия футболом.

Объем и сроки реализации программы

Данная программа предусматривает 4 модуля обучения, развития и воспитания обучающихся.

1-ый год – 144 часа

1 модуль – 64 часа (16 недель)

2 модуль – 80 часов (20 недель)

2-ой год – 216 часов

3 модуль – 96 часов (16 недель)

4 модуль – 120 часов (20 недель)

Форма обучения – очная, в отдельных случаях для достижения учебных целей предусмотрено использование дистанционных форм обучения; состав группы – постоянный.

В случае отмены очных занятий связанных: с введением карантинных мероприятий; с плохими погодными условиями и особыми распоряжениями (Министерства образования и науки ДНР или Министерства Просвещения РФ, или Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ульяновской области), данная программа предусматривает электронное обучение с применением дистанционных технологий.

При **дистанционном** обучения по программе используются следующие платформы и сервисы: ZOOM, Viber, WhatsApp.

При **дистанционном обучении** по программе используются следующие формы дистанционных технологий: видео- и аудио-занятия, беседы, тесты, по изученным темам,

дистанционные консультации.

Основными формами занятия являются:

- групповые теоретические занятия (в виде лекций);
- групповые практические учебно-тренировочные занятия в соответствии с требованиями программы для группы каждого года обучения по утвержденному расписанию;
- контрольные занятия (тестирование и сдача нормативов);
- спортивные соревнования и дружеские спортивные встречи различного масштаба;
- наблюдение за проведением спортивных соревнований и выступлением спортсменов, их анализ; просмотр и анализ учебных фильмов, и видеоматериалов по футболу.

Особенности организации образовательного процесса. Комплектование групп спортивной подготовки, а также планирование тренировочных занятий (по объему и интенсивности тренировочных нагрузок разной направленности) осуществляются в соответствии с тендерными и возрастными особенностями развития; - в зависимости от условий и организации занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка по виду спорта футбол осуществляется на основе обязательного соблюдения необходимых мер безопасности.

Формами организации тренировочного процесса в спортивной школе являются: тренировочные занятия с группой, сформированной с учетом возрастных особенностей, тренировочные сборы, участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях, инструкторская и судейская практика, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся.

Режим занятий.

1 год обучения – 4 часа в неделю - 144 часа в год.

2 год обучения – 6 часов в неделю - 216 часов в год.

Учебный план программы рассчитан на 36 недель. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (40 мин) с учетом возрастных особенностей.

В группах с целью большего охвата занимающихся максимальный объем тренировочной нагрузки на группу в неделю может быть снижен, но не более чем на 2 часа в неделю (10% от годового объема) с возможностью увеличения нагрузки в каникулярный период (не более 25% от годового тренировочного объема). Занятия проводятся в группах 10-15 человек.

1. Мониторинговые:

- А) тестирования
- Б) товарищеские матчи
- В) Соревнования

2. Обучающие:

- А) Учебные занятия
- Б) тренировочные занятия
- В) технико-тактические занятия
- Г) Просмотр видеозаписей

3. Развивающие:

- А) Дискуссии;

Б) Игровые занятия;

В) Экскурсии, посещение Футбольных команд мастеров.

Уровень освоения программы – базовый и предусматривает освоение прогнозируемых результатов программы, презентацию результатов на уровне района, участие в районных и областных мероприятиях, наличие призеров в районных конкурсах и соревнованиях.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для укрепления здоровья обучающихся посредством занятий футболом, развития основных физических качеств, совершенствование личностных качеств и обеспечение гражданско-патриотического воспитания обучающихся.

ЗАДАЧИ:

Образовательные:

- обучить обучающихся техническим приемам футбола;
- сообщить обучающимся необходимые теоретические знания по разделу физическая культура и спорт – спортивные игры (футбол) и истории спорта;
- дать представление об оздоровлении организма, улучшении самочувствия, понятии «Здоровый образ жизни» (ЗОЖ);
- обучить обучающихся тактике и стратегии игры в футбол;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- научить правилам закаливания организма.

Развивающие:

- развить основные физические качества посредством занятий футболом;
- способствовать развитию общей культуры обучающихся;
- сформировать основные двигательные навыки, необходимые для игры в футбол;
- способствовать повышению работоспособности обучающихся;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные:

- обеспечить формирование духовно-нравственных качеств обучающихся на занятиях футболом;
- способствовать социализации и адаптации обучающихся в жизни школьного коллектива;
- сформировать убеждение в том, что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;
- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности;
- пропагандировать здоровый образ жизни, который способствует профилактике преступности, наркозависимости, табакокурения и алкоголизма среди подростков;
- популяризировать участие обучающихся совместно с родителями в спортивно-массовых мероприятиях и физкультурно-оздоровительных праздниках.

1.3. Содержание программы

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Наименование темы	Всего	Теоретическое знания	Практические занятия	Формы контроля
Модуль № 1					
1	Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России	2	2	-	Тестирование
2	Гигиенические знания и навыки , закаливание. Режим ,питания спортсмена Правила игры, организация и проведение соревнований по Футболу, место занятия, оборудования	2	2	- -	опрос
3	Специальная Физическая подготовка	28		28	Наблюдение, анализ участие в тренировочном процессе
4	Общая физическая подготовка	32	-	32	взаимоконтроль, наблюдение, анализ рефлексия.
Итого:		64	4	60	
Модуль № 2					
1	Общая физическая подготовка	16		16	взаимоконтроль, наблюдение, анализ рефлексия.
2	Техника игры в футбол	30	-	30	Наблюдение, разбор ошибок
3	Тактика игры в Футбол	18	-	18	Наблюдение, разбор ошибок
4	Участие в соревнованиях по Футболу	12	-	12	Наблюдение, анализ участие в соревнованиях
5	Аттестация учащихся	2	-	2	Тестирование
6	Инструктаж по ТБ и ППБ	2	2	-	взаимоконтроль, наблюдение, опрос.
Итого:		80	2	78	
Итого:		144	6	138	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Наименование темы	Всего	Теоретические знания	Практические занятия	Форма контроля
Модуль № 3					

1	Теоретическая подготовка правило безопасности, психологическая подготовка,	8	8	-	опрос
2	Общая физическая подготовка	42	-	42	взаимоконтроль, наблюдение, анализ – рефлексия.
3	Специальная физическая подготовка	24	-	24	взаимоконтроль, наблюдение, анализ – рефлексия.
4	Техническая подготовка	22	-	22	взаимоконтроль, наблюдение, анализ – рефлексия.
Итого:		96	8	88	
Модуль № 4					
1	Тактическая подготовка	52	-	52	взаимоконтроль, наблюдение, анализ – рефлексия.
2	Интегральная подготовка	40	-	40	взаимоконтроль, наблюдение, анализ – рефлексия.
3	Тактика игры в футбол	12	-	12	Наблюдение, разбор ошибок
4	Контрольные нормативы	12	-	12	тестирование
5	Соревновательная подготовка	4	2	2	Наблюдение, анализ участие в соревнованиях
Итого:		120	2	118	
Итого:		216	10	206	

Содержание учебного плана 1 года обучения

Модуль №1

1. Физическая культура и спорт в России, развитие футбола в России.

Теория: Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок России по футболу. Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

Форма контроля: Беседа, текущий контроль знаний в процессе устного опроса

Оборудование: Футбольный мяч

2. Гигиенические знания и навыки, закаливание, режим, питания спортсмена, правила игры, организация и проведения соревнований по футболу.

Цель: Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания. Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

Теория: Закаливание в своей основе представляет своеобразную тренировку всего организма, и прежде всего терморегуляционного аппарата, к действию различных метеорологических факторов.

В процессе закаливания при многократном воздействии специфических раздражителей под влиянием нервной регуляции формируются определённые функциональные системы, обеспечивающие приспособительный эффект организма. При этом приспособительные реакции происходят в нервной системе,

в эндокринном аппарате, во внутренних органах, на тканевом и клеточном уровнях. Благодаря этому организм получает возможность безболезненно переносить чрезмерное воздействие холода, высокой температуры и т. п.

Практика: Приступать к закаливанию можно практически в любом возрасте. Однако чем раньше оно начато, тем здоровее и устойчивее будет организм. Предварительно следует обязательно посоветоваться с врачом. Он не только проверит состояние здоровья, но и поможет установить форму закаливающих процедур и их дозировку. При острых заболеваниях и явлениях обострения хронических недугов принимать закаливающие процедуры нельзя. В процессе закаливания необходимо систематически консультироваться с врачом и проверять эффективность процедур.

Форма контроля: Беседа

Оборудование: Футбольный мяч

3. Специальная физическая подготовка.

Цель: достичь выполнения сложных приёмов владения мячом на высокой скорости, улучшить манёвренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делаю акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий рекомендую широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включаю элементы соревнований, применяя футбольные мячи.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу у ребят совершенствуется весь комплекс подготовки необходимый футболист - его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Теория: Данная программа создает условия для приобретения общих (универсальных) способов действия (способностей и умений), позволяющих человеку понимать ситуацию, достигать результатов в разных видах деятельности, что составляет основу (сущность) компетентного подхода в дополнительном образовании. Программа направлена на становление следующих ключевых компетентностей

Практика: Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идёт непрерывный процесс обучения и совершенствования технике футбола. Обучая кружковцев технике владения мячом, стараюсь создать у них правильное зрительное представление изучаемого технического приёма. Показ и объяснение хорошо дополняю демонстрацией кинограммы, кинокольцовки, видеозаписями.

Форма контроля: текущий контроль знаний в процессе устного опроса

Оборудование: Футбольный мяч

4. Общая физическая подготовка.

Цель: Достижение высокого уровня общей работоспособности занимающихся.

Теория: Это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств(сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании. В основе общей физической подготовки может быть любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, допустим: гимнастика, бег, аэробика,

единоборства, плавание, любые подвижные игры. Главное избежать узкой специализации и гипертрофированного развития только одного физического качества за счёт и в ущерб остальных.

Практика: Утренняя гимнастика. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол.

Форма контроля: Беседа, текущий контроль знаний в процессе устного опроса

Оборудование: Футбольный мяч

Обще развивающие упражнения без предметов:

Поднимание и опускание рук в стороны, вперед, сведение рук вперед и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперед и в стороны, тоже в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с разминочным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лежа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук.

Акробатические упражнения:

Кувырок вперед с шага. Два кувырка вперед. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперед. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперед и назад в положение, лежа прогнувшись. «Мост» из положения лежа на спине. «Полу шпагат».

Легкоатлетические упражнения

Бег с ускорением до 30 м. Бег с высокого старта до 30 м. Бег по пересеченной местности до 1000 м. Бег медленный до 15 мин. Бег повторный до 6*20 и 4*30. Бег 200 м.

Подвижные игры и эстафеты:

«Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай меня водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодоление препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры:

Ручной мяч. Баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты: Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада.

Специальные упражнения для развития ловкости:

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч, то же, выполняя в прыжке, поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки с мячом».

Модуль №2

1. Общая физическая подготовка.

Цель: предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Теория: Это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании. В основе общей физической подготовки может быть любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, допустим: гимнастика, бег, аэробика, единоборства, плавание, любые подвижные игры. Главное избежать узкой специализации и гипертрофированного развития только одного физического качества за счёт и в ущерб остальных.

Практика: ОФП. Утренняя гимнастика. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол.

Форма контроля: Беседа, текущий контроль знаний в процессе устного опроса

Оборудование: Футбольный мяч

Условие выполнения упражнений

1. Бег на 30, 300, 400 м., 6-минутный бег и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по лёгкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

2. Бег на 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта), мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок оставит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время.

3. Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по неподвижному мячу. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

4. Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъёма, внутренне и внешней стороной стопы, бедром) и головой в любой последовательности, не повторяя один способ удара два раза подряд.

5. Удары по мячу ногой на точность попадания выполняются с разбега любым способом по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м. (подростки 10-13 лет – с расстояния 11 м.). Мячом надо попасть в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Учитывается сумма попаданий.

Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м. от линии штрафной площади). Вести мяч, далее обвести «змейкой» четыре стойки (первая стойка ставится на линию штрафной площади, далее в центре через каждые 2 м. ещё три стойки), и, не доходя до 11-метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Из трёх попыток засчитывается лучший результат.

6. Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более четырёх шагов) выполняется по коридору шириной 3 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трёх попыток.

7. Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в кружке.

2. Техника игры в футбол

Цель: Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Теория: Это часть процесса подготовки спортсмена, которая преимущественно направлена на овладение техникой избранного вида спорта и совершенствование в ней на различных этапах подготовки. Кроме того, имеется в виду и овладение техникой всех общеразвивающих и специальных упражнений, которые используются в тренировке.

Практика: Бег по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега.

Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, – выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде. *Вбрасывание мяча из-за боковой линии.* Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Форма контроля: Беседа, подвижные игры

Оборудование: Футбольный мяч

3. Тактика игры в футбол.

Цель: Зрительный контроль, видение поля, игровое мышление, интуиция. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол». **Теория:** Это индивидуальные, звеньевые и командные действия, направленные на достижение конкретного результата в игре и зависящие от степени сопротивления соперника и результата, складывающегося по ходу матча.

Практика: 1. Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков

Форма контроля: Беседа, текущий контроль знаний в процессе устного опроса

Оборудование: Футбольный мяч на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

4. Участие в соревнованиях по футболу.

Цель: Популяризации и дальнейшего развития детско-юношеского футбола; - повышения качества учебно-тренировочной и воспитательной работы в спортивные школы; - выявления перспективных молодых футболистов для формирования сборных команд федеральных округов, молодежных команд; - определения победителей для участия в финальных играх Первенства России среди клубных команд.

Форма контроля: Соревнования

Оборудование: Футбольный мяч, фишки, свисток, ворота

5. Аттестация учащихся.

Цель: Установление факта и степени усвоения учащимися программного материала путем сравнения уровня их знаний и способов действий с требованиями программы и образовательного стандарта. Завершается эта процедура оценением.

6. Инструктаж по ТБ и ППБ

Цель: Педагогам дополнительного образования (руководителям кружков и секций) необходимо перед началом занятий проверить на безопасность и подготовить учебное, демонстрационное, технологическое или спортивное оборудование, в зависимости от направленности кружка или секции. На занятиях в кружках, секциях и студиях учителю необходимо следить за соблюдением техники безопасности, правил охраны труда учащимися. Обязательными являются инструктажи по охране труда и технике безопасности перед выполнением работ на занятиях в кружках, секциях и студиях.

1.4. Планируемые результаты

1.4.1. Планируемые результаты 1 года обучения

Модуль №1

Ожидаемые результаты

знать:

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.

уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций:
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

развивать:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуального уровня работоспособности;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

Модуль №2

воспитать:

- общечеловеческие ценности, общую культуру;
- понимание необходимости здорового образа жизни; и сформированность навыков ЗОЖ.
- коммуникативные навыки; умение свободно общаться с окружающими; толерантность.
- чувство патриотизма;
- чувство ответственности за общий результат;

- организованность и пунктуальность.

1.4.2. Планируемые результаты 2 года обучения

Ожидаемые результаты

Модуль №3

уметь:

- выполнять розыгрыши стандартных положений;
- выполнять базовые технические и базовые тактические приемы игры;
- выполнять отдельные общеразвивающие упражнения;
- играть в футбол на уровне соревнований учреждения и района.

знать:

- историю развития футбола как вида спорта;
- особые правила игры;
- основные технические и тактические приемы игры;
- правила составления распорядка дня спортсмена;
- правила восстановления организма после тренировок;
- назначение комплекса специальных упражнений;
- правила поведения спортсмена перед соревнованиями и после них;
- способы разрешения нестандартных ситуаций во время соревнований

Модуль №4

уметь:

- правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- правильно выполнять специальные упражнения;
- правильно восстанавливаться после тренировок;
- правильно составлять свой распорядок дня;
- применять тактические и технические приемы в игре;
- играть с пятым полевым игроком и с нейтральным игроком;
- играть в футбол на уровне соревнований района и региона

Закончив обучение по данной программе, учащиеся начнут понимать пользу здорового образа жизни и применять принципы здорового и активного образа жизни в своей практике.

У обучающихся укрепится здоровье; будут лучше развиты двигательные навыки, координация движений, ловкость, быстрота реакции, выносливость.

Учащиеся будут проявлять интерес к футболу как виду спорта. Учащимся будут привиты такие морально-волевые качества, необходимые спортсмену, как воля к победе, умение играть в команде, стремление к достижению спортивных результатов и целеустремленность.

2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарно-учебный график

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол»

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
Модуль №1	02.09.2024	30.12.2024	16	64	<i>2 раза в неделю по 2 академических часа</i>

Модуль №2	10.01.2025	31.05.2025	20	80	2 раза в неделю по 2 академических часа
-----------	------------	------------	----	----	---

**1 года обучения
1 модуль.**

№ п\п	Месяц	Дата	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа	2	Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
2			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Гигиенические знания и навыки , закаливание. Режим ,питания спортсмена Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу. место занятия, оборудования	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
3			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Поднимание и опускание рук в стороны и вперед	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
4			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Сведение рук вперед и разведение	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
5			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
6			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Наклоны туловища вперед и в стороны	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль

							«НЕВСК АЯ»», стадион	
7			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх)	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
8			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Полуприседание и приседание с различными положениями рук	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
9			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
10			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Прыжки в полуприседе	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
11			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
12			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Упражнения на формирование правильной осанки	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
13			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
14			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом	Спортивный зал ГБОУ	Текущий контроль

						кругом.	«СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	ль
15			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	Текущий контроль
16			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Перекачивание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	Текущий контроль
17			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Кувырок вперёд с шага	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	Текущий контроль
18			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Два кувырка вперёд	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	Текущий контроль
19			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Кувырок назад из седа	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	Текущий контроль
20			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Длинный кувырок вперёд	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	Текущий контроль
21			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКАЯ»», стадион	Текущий контроль
22			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Перекаты вперёд и назад в положение	Спортивный зал	Текущий

						лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат»	ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	контроль
23			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Из виса хватом сверху подтягивание: 2 подхода	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
24			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Из упора лёжа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
25			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Бег с ускорением до 60 м	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
26			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Бег с высокого старта до 60 м	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
27			13:00-13:40 13:50-14:30	Практическая работа	2	Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
28			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Бег медленный до 20 мин	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
29			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Бег повторный до 6 х 30 м. и 4 х 50 м. Бег 300 м.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль

30			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево.	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
31			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке.	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
32			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Держание мяча в воздухе (жонглирование)	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
2 модуль								
33			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
34			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке.	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
35			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Держание мяча в воздухе (жонглирование)	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
36			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Подвижные игры «Живая цель»	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль

37			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Повороты во время бега налево и направо	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
38			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
39			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Прямой и резаный удар по мячу.	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
40			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Точность удара	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
41			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Траектория полёта мяча после удара	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
42			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
43			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Удар по мячу внутренней и внешней частью подъёма	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
44			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Ударов серединой лба; остановок мяча подошвой	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»»,	Текущ ий контро ль

							стадион	
45			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Вбрасывание мяча из положения шага.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
46			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
47			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Удары правой и левой ногой	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
48			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Понятие о тактике и тактической комбинации	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
49			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
50			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
51			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Индивидуальные и групповые тактические действия	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
52			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Командная тактика игры в «малый футбол».	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль

							«НЕВСК АЯ»», стадион	
53			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Правильное расположение на футбольном поле	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
54			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
55			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
56			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Взаимодействие двух и более игроков	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
57			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
58			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
59			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Противодействие комбинации «стенка»	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК	Текущий контроль

							АЯ»», стадион	
60			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
61			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара»	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
62			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
63			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
64			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
65			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
66			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
67			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ	Текущ ий контро ль

							«НЕВСК АЯ»», стадион	
68			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
69			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
70			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Участие в соревнованиях по футболу	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
71			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Атестация учащихся	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль
72			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практичес кая работа	2	Инструктаж по ТБ и ППБ	Спортвны й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущ ий контро ль

**Календарный учебный график
2 года обучения
3 модуль**

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
Модуль №3	02.09.2022	30.12.2024	16	96	<i>3 раза в неделю по 2 академических часа</i>
Модуль №4	10.01.2023	31.05.2025	20	120	<i>3 раза в неделю по 2 академических часа</i>

№ п\п	Месяц	Дата	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	История развития футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу. Участие российских спортсменов в международных соревнованиях. Российские и международные юношеские соревнования. Лучшие российские футболисты.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
2			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
3			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке. Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
4			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страхование и самостраховка. Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Защитные средства во время занятий футболом. Инвентарь и оборудование.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКИЙ АЯ»», стадион	Текущий контроль
5			13:00-13:40	Беседа,	2	Упражнения на	Спортивный	Текущий

			13:50-14:30	Практическая работа		формирование осанки, профилактике плоскостопия	й зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	ий контроль
6			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Разновидности ходьбы (на носках, пятках, внутреннем и внешнем своде стопы, перекатами с пятки на носок, подскоками, в полуприседе, приседе, широкими шагами, выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
7			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Поднимание и опускание рук в стороны, и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
8			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Полуприседание и приседание с различными положениями рук.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
9			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
10			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
11			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль

12			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
13			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Приседание на одной ноге (правой, левой).	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
14			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
15			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Запрыгивание на гимнастический мат высота не более 30-40см.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
16			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Лазание, перелазание в различных исходных положениях – стоя на коленках, на животе, спине, по гимнастической скамейке, гимнастической стенке, в ограниченном пространстве по высоте коридоре, лабиринте.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
17			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, с заданием, с предметом в руках.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
18			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Броски набивного мяча друг другу двумя руками от груди, из-за	Спортивный зал ГБОУ	Текущий контроль

						головы, снизу.	«СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	ль
19			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
20			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Броски одной и двумя руками через голову.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
21			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
22			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Акробатические упражнения.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
23			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Перекаты вперед и назад в положение лежа, прогнувшись; перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
24			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Стойка на лопатках.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
25			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
26			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Упражнения для развития быстроты	Спортивный зал	Текущий контроль

				кая работа			ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	контроль
27			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Неспецифические. Бег боком и спиной вперед.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
28			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Ускорения по сигналу, преимущественно зрительному, на 5-10, 10-15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа, лежа. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
29			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	История развития футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу. Участие российских спортсменов в международных соревнованиях. Российские и международные юношеские соревнования. Лучшие российские футболисты.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
30			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
31			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке.	Спортивный зал ГБОУ	Текущий контроль

						Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом.	«СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	ль
32			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Основы по предупреждению травм и несчастных случаев. Защитные средства во время занятий футболом. Инвентарь и оборудование.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
33			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Упражнения на формирование осанки, профилактике плоскостопия	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
34			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Разновидности ходьбы (на носках, пятках, внутреннем и внешнем своде стопы, перекатами с пятки на носок, подскоками, в полуприседе, приседе, широкими шагами, выпадами влево и вправо, с поворотом туловища влево и вправо	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
35			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Поднимание и опускание рук в стороны, и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
36			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Полуприседание и приседание с различными положениями рук.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
37			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Переход из упора присев в упор лежа и	Спортивный зал	Текущий контроль

				кая работа		снова в упор присев.	ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	контроль
38			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Упражнения на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
39			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
40			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Пружинистые приседания на одной ноге в положении выпада.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
41			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Приседание на одной ноге (правой, левой).	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
42			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20см, 30см.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
43			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Запрыгивание на гимнастический мат высота не более 30-40см.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
44			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Лазание, перелазание в различных исходных положениях – стоя на коленках, на животе, спине, по гимнастической скамейке, гимнастической	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль

						стенке, в ограниченном пространстве по высоте коридоре, лабиринте.		
45			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, с заданием, с предметом в руках.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
46			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Броски набивного мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
47			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
48			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Броски одной и двумя руками через голову.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль

Модуль 4.

49			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Упражнения для развития ловкости.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
50			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Неспецифические. Эстафеты с элементами акробатики.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСКА АЯ»», стадион	Текущий контроль
51			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Подвижные игры «Живая цель»	Спортивный зал	Текущий контроль

				кая работа			ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	контроль
52			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Подвижные игры «Салки с мячом»	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
53			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Специфические. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
54			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
55			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Повороты во время бега налево и направо.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
56			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Офп, ускорение	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
57			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Удары по мячу ногой.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
58			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Удары носком, пяткой (назад).	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль

59			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Удары на точность: в ноги партнеру, в створ ворот, в цель, на ходу двигающемуся партнеру.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль
60			13:00-13:40 13:50-14:30	Беседа, Практическая работа	2	Удары на дальность.	Спортивный зал ГБОУ «СШ «НЕВСК АЯ»», стадион	Текущий контроль

2.2. Условия реализации программы

Организационно – педагогические условия реализации образовательной программы обеспечивают ее реализацию в полном объеме, качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям, способностям, интересам и потребностям обучающихся.

Методические материалы

1. Используемые методики, методы и технологии.
2. Дидактические средства.
3. Информационные источники.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий обучающиеся знакомятся с охраной труда на занятиях футболом, противопожарной безопасностью, к правильной организации учебно-тренировочного процесса, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

В основу программы легли определенные педагогические принципы:

- принцип дополнительности. Монолог тренера-преподавателя уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности.

- принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний "открывается" перед обучающимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Тренер-преподаватель не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия.

- принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности.

- принцип сознательности и активности обучающихся предполагает создание

условий для активного и сознательного отношения обучающихся к обучению, условий для осознания обучающимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков.

- принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого обучающегося при выборе темпа, методов и способа обучения.

- принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать обучающегося на более высокий уровень развития.

- принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

Основные технологии, используемые при реализации программы:

- здоровьесберегающие;
- проектная деятельность;
- игровые технологии;
- технологии коллективного творчества.

Формы контроля:

- Педагогическое наблюдение
- Анализ качества выполнения заданий тренера-преподавателя
- Анализ приобретенных навыков общения
- Устный опрос
- Творческий показ
- Зачет
- Соревнование
- Сдача нормативов
- Анализ участия коллектива и каждого обучающегося в мероприятии.

Примерная схема расположения материала в трех видах комплексных занятий

I. Комплексное занятие, решающее задачи физической, технической и тактической подготовки

Подготовительная часть:

1. Упражнения общей разминки.
2. Упражнения специальной разминки.

Основная часть:

1. Упражнения на быстроту и ловкость (без мяча и с мячом).
2. Упражнения на совершенствование технических приемов.
3. Техничко-тактические упражнения.
4. Двухсторонняя игра или упражнения на выносливость.

Заключительная часть:

1. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.
2. Дыхательные упражнения.

II. Комплексное занятие, решающее задачи технической и физической подготовки

Подготовительная часть:

1. Общеразвивающие упражнения.

2. Упражнения на ловкость и гибкость.

Основная часть:

1. Изучение нового технического приема.
2. Упражнения, направленные на развитие быстроты.
3. Совершенствование технических приемов с применением сопротивления соперника.
4. Совершенствование технико-тактических приемов в учебной игре.

Заключительная часть:

1. Подвижная игра.
2. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.

III. Комплексное занятие, решающее задачи технической и тактической подготовки

Подготовительная часть:

1. Различные беговые упражнения.
2. Упражнения с мячом в парах и больших группах.

Основная часть:

1. Изучение технических приемов.
2. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий.
3. Игровые упражнения, направленные на воспитание тактического взаимодействия.
4. Совершенствование технико-тактических действий в двухсторонней игре.

Заключительная часть:

1. Медленный бег.
2. Упражнения на равномерное дыхание.

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в спортивных помещениях, оборудованных в соответствии с санитарно-техническими требованиями для проведения групповых форм работы. Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал (в зимнее время), футбольное поле (в летнее время) с футбольным оборудованием. Список используемого оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
Оборудование и спортивный инвентарь			
1	Переносные ворота стандартного размера	штука	4
2.	Переносные ворота (3м.х 2м.)	штука	4
3.	Мяч футбольный № 3,4	штук	20
4.	Теннисный мяч	штук	10
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
5.	Баул для мячей	штук	1
6.	Конусы	штук	15
7.	Стойки для обводки	штук	15
6.	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	1
7.	Манишки разного цвета	штук	15
8.	Скамейка гимнастическая	штук	1
9.	Секундомер	штук	1
10.	Свисток	штук	1

Информационное обеспечение:

При дистанционном обучении должно обеспечиваться каждому обучающемуся возможность доступа к средствам ДОТ, в т.ч. к образовательной онлайн-платформе, в качестве основного информационного ресурса, а также осуществляться учебно-методическая помощь обучающимся через консультации преподавателя как при непосредственном взаимодействии педагога с обучающимися, так и опосредованно.

По программе можно использовать следующие платформы и сервисы: Zoom, Skype, чаты в Viber, WhatsApp, ВК и другие.

Кадровое обеспечение:

Педагог, занятый в реализации программы должен соответствовать требованиям профессиональный стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298-н.

2.3. Формы контроля.

Отслеживание результативности реализации программы осуществляется

следующими способами:

- начальный контроль (в форме собеседования, тестирование);
- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- тематический контроль умений и навыков после изучения тем;
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков (нормативы ОФП и СФП);
- контроль за состоянием здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития.

Используются следующие формы занятий: беседы, выполнение контрольных нормативов по ОФП и СФП, соревнований, конкурсов, двухсторонних игр.

2.4.Оценочные материалы

1. Для полевых игроков и вратарей

По общей физической подготовке

1. Бег 30 м
2. Бег 300 м
3. Бег 400 м
4. 6-минутный бег
5. 12-минутный бег
6. Прыжок в длину с места
7. Тройной прыжок с места.

Упражнения выполняются по правилам соревнований по легкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

2. Для полевых игроков

По специальной физической подготовке

1. Бег 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией.

Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время бега.

2. Бег 5*30 м с ведением мяча выполняется так же, как и бег на 30 м с мячом. Все старты - с места. Время для возвращения на старт – 25 сек. В случае нарушения правил прохождения отрезка футболист возвращается на старт (за счет 25 сек.) и упражнение повторяется. Обязанности судей те же, что и при беге на 30 м с мячом.

3. Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по коридору шириной 10 м.

Для удара каждой ногой даются три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

Вбрасывание мяча руками на дальность выполняется в соответствии с правилами игры в футбол по коридору шириной 2 м. Мяч, упавший за пределами коридора, не засчитывается. даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

По технической подготовке

1. Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 16 м (подростки 10-12 лет – с расстояния 11 м). Футболисты 10-15 лет посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделенных по вертикали. Выполняются по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попаданий.

2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м от линии штрафной площади). Вести мяч 20 м далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10 м от штрафной площади, а через каждые 2 м ставятся еще три стойки), и, не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Даются три попытки, учитывается лучший результат.

3. Жонглирование мячом – выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частью подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, их них не менее раза головой, правым и левым бедром.

3. Для вратарей

1. Удар по мячу ногой на дальность (разбег не более четырех шагов) выполняются с разбега, не выходя их пределов штрафной площади, по коридору шириной 10 м.

Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается лучший результат.

2. Доставание подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой. Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой вытянутой руки (кисть сжата в кулак).

На каждую высоту дается три попытки. Учитывается лучший результат.

3. Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов)

выполняются по коридору шириной 3 м.

Дается три попытки. Учитывается лучший результат.

Примечания.

1. Упражнения по общей физической подготовке выполняются в спортивной обуви без шипов.

2. Упражнения по специальной и технической подготовке выполняются в полной игровой форме.

2.6. Воспитательный компонент программы

Основным направлением воспитательной работы в рамках программы является физическое воспитание и формирование здорового образа жизни.

В рамках данного объединения воспитательный компонент программы предусматривает реализацию всех инвариантных модулей «Программы воспитания «Старокулаткинского ДЮСШ»» для выполнения общей воспитательной цели: «личностное развитие обучающихся».

Модуль	Реализация модуля в рамках программы
Учебное занятие	<p>Реализация воспитательного потенциала учебного занятия предполагает создание условий для развития физической и познавательной активности обучающихся, их творческой самореализации. Для очного обучения применяются теоретические и практические занятия. При реализации программы с использованием ЭО и ДОТ используются: видеоконференции, чат-занятия, онлайн-консультации.</p> <p>Практические занятия при очном обучении проводятся в форме выполнения практических упражнений, игр, эстафет, соревнований.</p> <p>Теоретические занятия разбирают и обсуждают на практике, тщательно и не торопясь, несколько раз повторяя, по мере необходимости. И в игровой форме закрепляется пройденный материал, также в занятия включены соревновательные компоненты (тренировочные схватки), тем самым реализуется воспитательный потенциал модуля.</p>
2. Детское спортивное объединение	<p>Форма организации обучающихся: детское спортивное объединение.</p> <p>В рамках модуля реализуется поддержка и развитие детского спортивного объединения через различные формы работы:</p> <ul style="list-style-type: none">- индивидуальные (беседы, консультации, индивидуальная работа)- групповые (спортивные игры, эстафеты, соревнования)- коллективные (подготовка к тематическим спортивным мероприятиям, соревнования)
3. Воспитательная среда	<p>Для реализации воспитательного потенциала модуля создана совокупность условий:</p> <ul style="list-style-type: none">- учебно-методические разработки педагога по вопросам воспитания (развивающие игры)- сложившиеся ценности, традиции объединения (традиционные спортивные мероприятия, приуроченные значимым датам, организация чаепития после проведения спортивного праздника)- предметно-материальный компонент: в учебном помещении (спортивный зал) для занятий создана комфортная среда для

	воспитания обучающихся, их общения и взаимодействия. Спортивный зал оснащен необходимым для проведения учебных занятий
4. Моя семья - моя опора (работа с родителями)	При реализации программы предусмотрены как индивидуальные, так и групповые формы работы с родителями (законными представителями) обучающихся. Проводятся: -родительские собрания -открытые занятия -консультации для родителей групповые и индивидуальные. Родители активно привлекаются к подготовке и проведению спортивных мероприятий. Данная работа обеспечивает согласованность действий семьи и работу педагогов объединения для обеспечения достижения целей воспитания.
5. Наставничество и тьюторство	В объединении предусмотрены как индивидуальные, так и групповые формы работы: -консультации для одаренных обучающихся -консультации для обучающихся, показавших низкий уровень подготовки по результатам диагностики -совместные дела
6. Самоопределение	Программа формирует у обучающегося рефлексивную позицию по отношению к самому себе и способность удержания разноразличной позиционности — это условие развития у него способности к самоопределению. Проводятся беседы о профессионалах в спортивной борьбе, об их достижениях и значении их побед в жизни.
7. «Наше здоровье в наших руках» (профилактика)	Профилактическая работа – значимый пункт работы педагога в объединении. В процессе освоения программы предусмотрена работа по профилактике травматизма (проводятся беседы по правилам поведения на занятиях). В целях профилактики отрицательного влияния негативной внешней среды создаются ситуации успеха, идет работа по повышению самооценки обучающихся (это поощрение за хорошо выполненные упражнения, проведение эстафет, игр, соревнований в объединении)

Взаимодействие с родителями.

Для реализации данной программы необходимо тесное сотрудничество с родителями обучающегося, которое направлено на вовлечение семьи в воспитательный процесс. В работе по данному направлению используются такие виды сотрудничества, как:

- родительские собрания с использованием слайдовых презентаций по профилю программы с целью знакомства родителей с содержанием, задачами и методами освоения обучающимися программного материала;
- наглядный материал в родительском информационном уголке с целью знакомства родителей с работой образовательного объединения;
- памятки и тематические консультации с целью закрепления пройденного материала, а также педагогического просвещения («Сегодня на занятии!», «Нужно ли отдавать ребенка в секцию или кружок?», «Как содействовать ребенку при выборе интересов, а также будущей профессии» и др.);

- индивидуальные беседы об успехах обучающихся , о продолжении дальнейшего обучения их физкультурно-спортивной направленности, об использовании дополнительной литературы, с целью установления доверительных отношений между родителями и педагогами, а также привлечение их к сотрудничеству,
- оказания своевременной помощи по тому или иному вопросу по обучению и воспитанию обучающихся , способствовать достижению единой точки зрения по этим вопросам;
- анкетирование с целью обеспечения обратной связи с семьей, уточнения представления родителей о дополнительном образовании, выявление отношения родителей к вопросам физкультурно-спортивного образования детей и подростков и его реального осуществления в семье;
- праздники, мероприятия, проекты с участием родителей.

Профориентационная работа.

Самыми распространенными мероприятиями профориентационной работы являются занятия профориентации, конкурсы ОУ, связанные с выбором профессии.

№ п/п	Форма работы	Краткое описание
1	Профпросвещение	Начальная профессиональная подготовка обучающихся осуществляется через занятия, организацию объединений и т.д.
2	Профинформация	Система мер по ознакомлению обучающихся: -с ситуацией в области спроса и предложения на рынке труда -с характером работы по основным профессиям и специальностям.
3	Профконсультация	Оказание помощи в выборе профессии путем изучения личности обучающегося с целью выявления факторов, влияющих на выбор профессии.

Главным направлением в профориентационной работе, в рамках данной программы, является ознакомление обучающихся с характером и своеобразием различных профессий. Особое внимание уделяется профессиям, связанным с спортом .Обучающиеся узнают о профессиях будущего. Эффективными средствами профориентационной работы являются беседы, экскурсии, лекции, доклады о профессиях.

3.Список литературы

Литература для педагога

1. Бергер Х., Герарс П., Кормелинк Х., Мариман Х., Юлдерник А. Уроки футбола для молодежи. – М., КРПА Олимп, 2010.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев, Олимпийская литература, 2002.
3. Исакова Т.Г. Организация опытно-экспериментальной работы учреждений дополнительного образования. – Магнитогорск, 2001.
4. Колесник В.И., Соловьев Н.И., Кожин В.И., Резванов А.А. Сборник материалов 1-ой Региональной научно-практической конференции «Содержание образования в сфере

физической культуры и спорта. Реализация новых идей и технологий». – Ростов-на-Дону, 2001.

5. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М., Олимпия, 2007.
6. Лаптев А.П., Сучилин А.А. Юный футболист /учебное пособие для тренеров/. – М., ФиС, 1983.
7. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М., Человек, 2010.
8. Максименко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. – Луганск, Знание, 2000.
9. Спортивные игры. Техника, тактика обучения. /учебник для студентов высших педагогических заведений/ под общей редакцией Железняк Ю.Д., Портнова Ю.М. – М., АКАДЕМИЯ, 2001.
10. Сучилин А.А. Футбол во школе. М., ФиС, 1986.
11. Футбол. Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М., Советский спорт, 2011.

Литература для обучающихся

1. Андреев С.Н. Футбол – твоя игра. – М., Просвещение, 1989.
2. Вэйн Горст. Как научиться играть в футбол. – М., Terra Спорт, Олимпия спорт, 2004.
3. Сучилин А.А. Футбол во дворе. М., ФиС, 1983.
4. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2003.
5. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры». М.: ФиС.2001г.
6. Спортивная гимнастика. Программа. – М.: Советский спорт, 2005
7. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. - М.: ФиС, 2000.
8. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988.
9. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена. - М.: ФиС, 2001.
10. Зацiorsкий В.М. Физические качества спортсменов. -М.: ФиС, 2003.

Литература для родителей

1. Андреев С.Н. Футбол – твоя игра. – М., Просвещение, 1989.
2. Сучилин А.А. Футбол во дворе. М., ФиС, 1983.