

МОУО МО Красноуфимский округ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Натальинская средняя общеобразовательная школа»



Утверждаю:  
Директор ОО:

/С.В. Маркова/

Приказ от 09.09.2024 г.

№ 01-10/164

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа

физкультурно-спортивной направленности

**«Футбол»**

(возраст обучающихся 9-14 лет, срок реализации 2 года)

Составитель:

Сабуров Александр Александрович,

педагог дополнительного образования

п. Натальинск, 2024 г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» относится к **физкультурно-спортивной** направленности.

Уровень освоения программы-базовый.

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, разработана с учетом нормативно-правовых документов:

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжение м Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года Приказ № 533)
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями на 02.02.2021).
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).
- Методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных организациях», утвержденные приказом ГАНУ СО «Дворец молодежи» от 01.11.2021 №934-д «Об утверждении методических рекомендаций» (с изменениями от 04.03. 2022 №219-д).
- Программа воспитания МАОУ «Натальинская СОШ».

### **Актуальность**

Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья подрастающего поколения.

В результате занятий футболом укрепляется опорно-двигательный аппарат, укрепляются мышцы, улучшается работа кровеносной и дыхательной систем. Развивается ловкость, координация, быстрота реакции, игровое мышление, повышаются скоростно-силовые характеристики и выносливость, укрепляются морально-волевые качества игрока.

В условиях недостатка двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация дополнительной физкультурно-оздоровительной работы в школе. Ведь именно систематические занятия физическими упражнениями способствуют физическому и физиологическому развитию растущего организма школьников, формируют у них разнообразные двигательные умения и навыки. В ряду наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками футбол занимает одно из ведущих мест, что обусловлено: во-первых – её неприхотливостью (играть можно на любой более-менее ровной площадке), во-вторых экономичностью и доступностью (не требуется

дорогостоящий инвентарь, достаточно мяча и простой спортивной формы). Также футбол обладает рядом интереснейших особенностей: высокая эмоциональность, постоянная динамика изменения игровой ситуации.

#### **Отличительные особенности**

Занятия по этой программе позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, т.к. количество учебных часов, отведенных на изучение раздела «Футбол» в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами.

Футболом может заниматься любой ребенок, если нет нарушений опорно-двигательного аппарата. Учащиеся с ОВЗ могут наравне с другими воспитанниками постигать азы футбольного мастерства. Футбол, являясь одной из старейших и самых популярных спортивных игр в мире, как раз и является наиболее комплексным и универсальным средством всестороннего развития и воспитания личности ребенка. Развитие двигательных качеств на всех этапах подготовки проходит в соответствии с психофизиологическими особенностями каждого ребенка.

Программа по «Футболу» (базовый уровень) направлена на обучение детей в возрасте 9-14 лет, проявляющих интерес к игре в футбол.

**Цель программы:** способствовать всестороннему развитию личности ребенка посредством формирования физической культуры личности и освоения основ спортивной деятельности через игру в футбол.

#### **Задачи:**

##### **Обучающие:**

- Обучение двигательным навыкам и умениям;
- Расширение теоретических знаний в области спорта;
- Обучение основным приемам техники и тактики игры в футбол.

##### **Развивающие:**

- Развитие координации, гибкости, быстроты реакции, ловкости, общей физической выносливости;
- Развитие навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов;
- Развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей ребенка;

##### **Воспитательные:**

- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься данным видом, сознательно применяя его в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
- Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, умения взаимодействовать с другими;
- Формирование умения работать в команде, правильно распределять обязанности.

Программа обучения игре в футбол гармонично входит в общую систему физического воспитания как форма занятий во внеурочное время и создает максимально благоприятные условия для самоопределения ребенка, для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей. Каждый ребенок, заинтересовавшийся данной игрой в процессе занятий на обычных уроках физической культуры или получивший определенную информацию об игре и достижениях в развитии этого вида спорта, может овладеть всеми основными приемами и получить определенные знания в данном виде спортивной деятельности, несмотря на свои собственные исходные физические данные.

#### **Условия реализации программы**

**Срок реализации программы – 2 года.**

**Возраст детей – 9-14 лет.**

Для занятий в группы принимаются все желающие, не имеющие противопоказания по медицинским показателям (допуск врача).

**Формы и режим занятий:**

Первый год обучения – 78 академических часа (2 раза в неделю по 1 академическому часу);

Второй год обучения – 78 академических часа (2 раза в неделю по 1 академическому часу);

Программой предусмотрено проведение занятий по группам (10-15 человек), подгрупповые занятия (4-6 человек)

### **Необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение программы**

**Кадровое обеспечение:** педагог с соответствующим профилем объединения образованием и опытом работы.

**Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы необходимы;

- Спортивный зал
- Футбольное поле с искусственным покрытием.
- Переносные ворота стандартного размера, а также уменьшенных размеров;
- Футбольные мячи.
- Стойки для обводки.
- Набивные мячи
- Сетка для переноса мячей 2 штуки.
- Баскетбольные и волейбольные мячи, шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
- Игровая форма – в соответствии с утвержденными нормами.
- Тренажерный зал.
- Компьютеры с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы.
- Секундомер, свисток.

**Основные формы и средства обучения:**

1. Практическая игра.
2. Решение поставленных задач, комбинаций.
3. Игровые упражнения;
4. Теоретические занятия,
5. Участие в турнирах и соревнованиях.

**Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля:**

- ✓ **вводный**, (проводится перед началом занятий и предназначен для закрепления знаний, умений и навыков по пройденным темам);
- ✓ **текущий**, (проводимый в ходе учебного занятия и закрепляющий знания по данной теме) и позволяет учащимся усвоить последовательность технических действий;
- ✓ **итоговый** (по завершению первого и второго года обучения учебной программы) для получения полной картины о полученных знаниях, умениях и навыках необходимо участвовать в соревнованиях различного уровня: товарищеских, районных, городских.

**Планируемые результаты:**

- .

**Виды занятий:** тренировки, соревнования, инструктажи, решение тактических задач, подвижные игры.

**Формы контроля:**

Основной показатель работы - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 2 раза в год.

В конце учебного года (в мае (или июне) месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты. По итогам этих испытаний обучающиеся, выполнившие нормативные требования, переводятся в группы следующего года обучения. Не выполнившие норматив остаются в группе на повторный курс обучения.

Итоговая аттестация проводится в конце первого года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов после обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН, 1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	В том числе	
			теория	практика
1.	ВВЕДЕНИЕ	2	2	-
2.	ПРАВИЛА ИГРЫ в футбол	4	3	1
3.	ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	8	0	8
4.	СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	12	1	11
5.	ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТА	19	3	16
6.	ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА	17	7	10
7.	СОРЕВНОВАНИЯ по футболу	14	2	12
8.	Контроль. Чему мы научились	2	1	1
	ИТОГО:	78	18	60

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-го года обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	В том числе	
			теория	практика
<b>1.</b>	<b>ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
1.1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1	1	-
1.2.	«Развитие футбола в России. Основы знаний»	1	1	-
<b>2.</b>	<b>ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>12</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
2.1.	Акробатические упражнения	2	1	1
2.2.	Легкоатлетические упражнения	2	1	1
2.3.	Спортивные и подвижные игры	2	1	1
2.4.	Упражнения для рук, ног и туловища с предметами.	3	1	2
2.5.	Комплексные упражнения с мячами разного размера.	3	1	2
<b>3.</b>	<b>СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>14</b>	<b>5</b>	<b>9</b>
3.1.	Упражнения для развития скоростных качеств.	4	1	3
3.2.	Упражнения для развития гибкости.	2	1	1

3.3.	Упражнения для развития силовых качеств	3	1	2
3.4.	Упражнения направленные на развитие выносливости.	3	1	2
3.5.	Упражнения со скакалкой.	2	1	1
<b>4.</b>	<b>ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>22</b>	<b>6</b>	<b>16</b>
4.1.	Техника удара по мячу с полулета.	3	1	2
4.2.	Техника остановок и передач мяча (формирование «чувства мяча»)	4	1	3
4.3.	Обучение техники остановки мяча бедром.	3	1	2
4.4.	Техника обманных движений (финтов).	4	1	3
4.5.	Овладение приемами «Вбрасывания мяча».	4	1	3
4.6.	Техника вратаря.	4	1	3
<b>5.</b>	<b>ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
5.1.	Тактика приёмов, передач и перехвата мяча.	3	1	4
5.2.	Тактика защиты.	3	1	4
5.3.	Тактика обманных движений: «Ложный замах на удар»	3	1	4
5.4.	Тактика вратаря.	3	1	4
<b>6.</b>	<b>ПРАВИЛА ИГРЫ</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
<b>7.</b>	<b>ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
7.1.	Способы регуляции психического состояния.	1	1	-
7.2.	Упражнения на релаксацию	1	-	1
<b>8.</b>	<b>СОРЕВНОВАНИЯ</b>	<b>11</b>	<b>-</b>	<b>11</b>
<b>9.</b>	<b>ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>78</b>	<b>20</b>	<b>58</b>

#### Календарный учебный график

Год обучения	начало обучения	Окончание обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1 год, гр. 2	2023	2024	39	78	2 раза неделю по 2 академических часа
2 год, гр. 2	2024	2025	39	78	2 раза неделю по 2 академических часа

#### Календарно-тематический план, 1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы, содержание	Содержание	Всего часов	В том числе		контроль
				теория	практика	
<b>1.</b>	<b>ВВЕДЕНИЕ</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
1.1.	Вводный инструктаж по технике безопасности тестирование.	Требования к обучающимся на занятиях футболом. Беседа по ТБ на занятиях по футболу в зале и на стадионе. Форма футболиста (одежда и обувь, защита). Чемпионат и кубок Росси по футболу	1	1	-	
1.2.	Игра в футбол. История развития футбола	Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и его развитие в России	1	1	-	
<b>1.3.</b>	<b>ПРАВИЛА ИГРЫ в футбол</b>	Площадки для игры в футбол, инвентарь. Форма и защита	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	

		спортсмена Элементарные правила игры в футбол. Символика команды, выбор капитана, распределение обязанностей				
<b>3.</b>	<b>ОБЩЕФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>		<b>8</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	
3.1.	Бег	Ходьба с переходом на бег по прямой. Бег с переходом на ходьбу и вновь на бег. Бег по пересеченной местности	1		1	Норматив 30,60,100,300 м
3.2.	Прыжки	Прыжки на одной или двух ногах с продвижением вперед. Многократные прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед. Прыжки на двух ногах с поворотом в разные стороны на 90*, 180*, 360*. Прыжки с доставанием головой высоко подвешенного предмета	1		1	
3.3.	Координация в прыжках и в прыжках в сочетании с бегом	Остановка выпадам после бега с ускорением и рывком. Остановка выпадам после бега приставным шагом. Медленный бег и остановка выпадам. Бег, остановка, поворот на 180*- ускорение 15-20 метров. Прыжок с поворотом на 180* - ускорение 10 метров, медленный бег (или ходьба) Бег лицом вперед - поворот на 180*, бег спиной вперед, поворот на 180*, скоростной рывок 10-15 метров	3		3	
3.4.	Спортивные и подвижные игры	Эстафеты с мячом и без мяча, игра в пионербол, вышибалы, др.	3			
<b>4.</b>	<b>СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>		<b>12</b>	<b>1</b>	<b>11</b>	
4.1.	Упражнения для развития скоростных качеств	Бег с изменением направления или обеганием поворотных стоек, кеглей, конусов, бег с ускорением. Челночный бег	2		2	
4.2.	Упражнения для развития гибкости	Кувырки вперед, назад, группировка	2		2	
4.3.	Упражнения для развития силовых качеств	Вис, упражнения с набивным мячом, подтягивание, отжимание, поднимание туловища, пресс	2		2	Норматив отжимания, подтягивание, пресс
4.4.	Упражнения, направленные на развитие выносливости	Приседания, кросс	2		2	Норматив кросс
4.5.	Упражнения со скакалкой	Прыжки на скакалке разные способы (вперед, назад, руки	1		1	Норматив за 1 мин

		скрестно, на одной ноге и др)				
4.6.	Комбинации на бег, передвижение, остановки	Бег, остановка, поворот на 180*-ускорение 15-20 метров. Прыжок с поворотом на 180* - ускорение 10 метров, медленный бег (или ходьба) Бег лицом вперед - поворот на 180*, бег спиной вперед, поворот на 180*, скоростной рывок 10-15 метров. Эстафеты	3	1	2	
5	<b>ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ФУТБОЛИСТА</b>		<b>19</b>	<b>3</b>	<b>16</b>	
5.1.	Техника владения мячом	Прием, бросок, передача мяча руками, ногами, головой . Подход к мячу и замах, удар по мячу, сопровождение мяча (вынос ноги вперед)	3	1	2	наблюдение
5.2.	Техника ведения мяча	Ведение слабо накачанного мяча по прямой линии в ходьбе и медленном беге. Ведение мяча в беге. Фигурное вождение мяча	3		3	наблюдение
5.3.	Овладение техникой ударов по мячу	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Удары по неподвижному мячу с прямого разбега с одной или нескольких шагов в стену с расстояния 5-7 метров Удары по неподвижному мячу в цель с расстояния 8-10 м. после разбега. Удары в цель по мячу, катящемуся сбоку, навстречу (после передачи партнером).	4	1	3	наблюдение
5.4.	Нападающие удары, удары-передачи мяча	Удар по неподвижному мячу с места и с шага. Удар по неподвижному мячу с разбега. Удар средней частью подъема в руки партнера. Остановка катящегося мяча	3		3	наблюдение
5.5.	«Связки» технических приемов	Набивание, ведение и передача мяча в парах, индивидуально, в тройках. Передача мяча в треугольнике со сменой мест. Передача мяча в беге без смены мест. Передача мяча друг другу после ведения	3	1	2	
5.6.	Обманные движения (финты)	Обманные движения (финты), отбор мяча.	1		1	
5.7.	Комбинации техники владения мячом	Отбор мяча в момент приема мяча соперником. Отбор мяча в момент приема мяча соперником или во время его ведения. В парах. Выбивание мяча у партнера на ограниченной площадке. В парах	3		3	Контрольные упражнения



		Выбивание мяча у партнера на ограниченной площадке				
<b>6.</b>	<b>ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>		<b>17</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	
6.1.	Тактика игры в футбол	Размещение игроков на поле. Восприятие и анализ соревновательной ситуации. Мысленное решение тактической задачи. Двигательное решение тактической задачи.	2	2	-	
6.2.	Индивидуальная тактика игры	Перемещения игроков по полю произвольно, меняя направление и скорость движения. Отбор мяча у владеющего игрока на ограниченной площадке. Анализ соревновательной ситуации	2	1	1	наблюдение
6.3.	Групповая тактика игры	Игра два против одного (2:1). Игра три против одного (3:1) на ограниченной площадке. Игра 3:1 в одни ворота на ограниченной площадке. Игра (3:2) на 1 воротах и др. Анализ соревновательной ситуации	3	1	2	наблюдение
6.4.	Тактика приёмов, передач и перехвата мяча	Индивидуальная и групповая тактика приёмов, передач и перехвата мяча. Вбрасывание и проброс мяча	4	1	3	
6.5.	Тактика защиты	Тренировочная игра	2	-	2	Контрольные упражнения
6.6.	Тактика нападения	Тренировочная игра. Анализ соревновательных ситуаций	2	1	1	Контрольные упражнения
6.7.	Тактика вратаря	Пробивание штрафных, ловля мяча	2	1	1	Контрольные упражнения
<b>7.</b>	<b>СОРЕВНОВАНИЯ по футболу</b>	соревнования внутри групп, с классами и между классами, участие в районных соревнованиях в качестве зрителей и игроков	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	
<b>8.</b>	<b>Контроль. Чему мы научились</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Контроль входных нормативов
	<b>ИТОГО:</b>		<b>78</b>	<b>18</b>	<b>60</b>	

### Календарно-тематический план, 2 год обучения

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Дата по плану	Дата по факту	Формы и способы контроля
		Всего	Теория	Практика			
<b>Раздел - «Вводное занятие» - 3 часа</b>							
1	ТБ на занятиях по футболу. Форма. История возникновения футбола и развитие его в России.	1	1				Беседа

2	Развитие футбола в России. Краткая характеристика футбола	1	1			Беседа
3	Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование	1	1			Беседа
<b>Раздел - «Правила игры в футбол» - 1 час</b>						
4	Элементарные правила игры в футбол	1	1			Беседа
<b>Раздел – «Общая и специальная физическая подготовка» - 14 часов</b>						
5	Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением. Бег с высокого старта	1		1		Контрольные упражнения
6	Бег по пересечённой местности (кросс)	1		1		Тест
7	Бег медленный. Бег повторный.	1		1		Тест
8	Прыжки с разбега в длину и в высоту. Прыжки с места в длину.	1		1		Тест
9	Челночный бег, обводка фишек	1		1		Беседа наблюдение
10	Общеразвивающие упражнения без предметов	1	1			тесты
11	Общеразвивающие упражнения без предметов	1		1		Наблюдение
12	Общеразвивающие упражнения без предметов	1		1		Контрольные упражнения
13	Общеразвивающие упражнения без предметов	1		1		Контрольные упражнения
14	Правила работы с тяжестью. Упражнения с набивным мячом	1		2		Беседа Наблюдение
15	Упражнения с набивным мячом	1		1		Контрольные упражнения
16	Упражнения для мышц туловища	1		1		Контрольные упражнения
17	Упражнения для мышц туловища	1		1		Контрольные упражнения
18	Упражнения для мышц шеи	1		1		Контрольные упражнения
19	Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага	1		1		Беседа
20	Акробатические упражнения. Два кувырка вперёд	1		1		Контрольные упражнения
21	Акробатические упражнения Кувырок назад из седа	1		1		Контрольные упражнения
22	Акробатические упражнения. Длинный кувырок вперёд	1		1		Контрольные упражнения
23	Акробатические упражнения. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев	1		1		Контрольные упражнения
24	Акробатические упражнения. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись	1		1		Контрольные упражнения
25	Акробатические упражнения. «Мост» из положения лёжа на спине «Полушпагат»	1	1			Беседа Наблюдение
26	Упражнение в висах и упорах	1		1		Контрольные упражнения
27	Упражнение в висах и упорах	1		1		Контрольные упражнения
28	Упражнение в висах и упорах	1		1		Контрольные упражнения
29	Упражнение в висах и упорах	1		1		Контрольные упражнения
30	Спортивные и подвижные игры	1		1		Контрольные упражнения

31	Спортивные и подвижные игры	1		1			Контрольные упражнения
32	Эстафета с мячом	1		1			Контрольные упражнения
<b>Раздел - «Техника игры в футбол» - 18 часов</b>							
33	Техника игры в футбол	1	1				Контрольные упражнения
34	Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол	1	1				Контрольные упражнения
35	Общие правила игры в футбол	1	1				Беседа Контрольные упражнения
36	Распределение игроков на поле. Штрафы в игре	1		1			Контрольные упражнения
37	Техника передвижения игроков. Специальные упражнения для развития быстроты.	1		1			Контрольные упражнения
38	Техника передвижения игроков. Специальные упражнения для развития быстроты.	1		1			Контрольные упражнения
39	Техника передвижения игроков. Упражнения для развития дистанционной скорости	1	1				Контрольные упражнения
40	Техника передвижения игроков. Упражнения для развития дистанционной скорости	1		1			Контрольные упражнения
41	Техника передвижения игроков. Упражнения для развития дистанционной скорости	1		1			Беседа
42	Техника передвижения игроков. Специальные упражнения для развития ловкости	1	1				Контрольные упражнения
43	Техника передвижения игроков. Специальные упражнения для развития ловкости	1		1			Контрольные упражнения
44	Техника передвижения игроков. Специальные упражнения для развития ловкости	1		1			Контрольные упражнения
45	Проброс мяча мимо соперника. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
46	Комплекс упражнений с мячами. Ведение влево-вправо-назад-вокруг себя	1		1			Контрольные упражнения
47	Отбор мяча. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
48	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Учебная игра.	1		1			Беседа
49	Техника игры вратаря. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
50	Упражнения для развития умения «видеть поле». Зрительный сигнал.	1		1			Контрольные упражнения
51	Упражнения для развития умения «видеть поле». Зрительный сигнал.	1		1			Контрольные упражнения
<b>Раздел – «Тактика игры в футбол» - 13 часов</b>							
52	Тактика нападения. Тактика защиты Индивидуальные действия без мяча в нападении. Учебная игра.	1	1				Беседа наблюдение
53	Индивидуальные действия без мяча в нападении. Учебная игра.	1		1			Беседа, наблюдение
54	Индивидуальные действия с мячом в нападении. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
55	Индивидуальные действия с мячом в нападении. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
56	Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
57	Групповые действия в нападении. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
58	Индивидуальные действия в защите. Учебная игра.	1	1				Беседа

59	Индивидуальные действия в защите. Учебная игра.	1		1			Беседа
60	Групповые действия в защите. Учебная игра.	1		1			Контрольные упражнения
61	Групповые действия в защите. Тренировочная игра	1		1			Контрольные упражнения
62	Тактика вратаря. Учебная игра. Тренировочная игра	1		1			Контрольные упражнения
63	Тактика вратаря. Тренировочная игра	1		1			Контрольные упражнения
64	Разучивание финтов – выпад влево – уход вправо, выпад правой вправо - уход влево	1	1				Контрольные упражнения
<b>Раздел – «Участие в соревнованиях» - 13 часов</b>							
65	Игры в турнире	1		1			Игра
66	Резервное время Тактич упраж игра в нападении	1		1			Игра
67	Игры в турнире	1		1			Игра
68	Резервное время Тактич упраж игра в защите	1		1			Игра
69	Игры в турнире	1		1			Игра
70	Резервное время Удары по воротам	1		1			Игра
71	Контрольные упражнения Игра в пас от ворот до ворот	1		1			Контрольные упражнения
72	Квадрат 5х3 м, на площадке размером 20 м х 20 м. Ведение мяча различными способами	1		1			наблюдение
73	Игра 4 на 4 игрока на площадке 40 м х20 м в двое ворот	1		1			Контрольные упражнения
74	Тестирование. Ведение мяча по прямой	1	1				Контрольные упражнения
75	Тестирование. Ведение мяча с хода	1	1				Контрольные упражнения
76	Тестирование. Челночный бег	1	1				Контрольные упражнения
77	Тестирование. Удары по воротам	1		1			Контрольные упражнения
<b>Раздел - «Итоговое занятие» - 1 час</b>							
78	Подведение итогов года.	1		1			Награждение
<b>Итого: 78</b>		<b>16</b>		<b>62</b>			

## ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Перечень педагогических методик и технологий, используемых в процессе обучения

Фронтальный, индивидуально- фронтальный, групповой.

- словесный (беседа),
- наглядный (исполнение педагогом),
- практический (упражнения),
- репродуктивный.

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятий)	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение занятий
1.	Введение Вводное занятие	Беседа, лекция	Рассказ, просмотр видео материала.	Компьютерная презентация, инструкции по технике безопасности.	Опрос учащихся.	Компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор.
2.	Общефизическая подготовка	Объяснение, лекция, практическое занятие. Тренировка.	Словесный метод, метод показа, групповой, поточный, переменный, игровой, индивидуальный, игровой.	Правила спортивных игр, методически разработанные Андреев С.Н., акробатические упражнения в тренировках юных футболистов. Теория и методика футбола.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг.	Набивные мячи, баскетбольные мячи, футбольные мячи, тренажеры, гимнастические стенки, скамейки, компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор.
3.	Специальная Физическая Подготовка	Объяснение, практическое занятие.	Словесный метод, метод показа, игровой, попеременный.	Методические разработки упражнений на развитие скоростно – силовых качеств, гибкости, программа физического воспитания В.И. Лях, А.А. Зданевич. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов.	Сдача контрольных нормативов, мониторинг. Контрольные тесты и упражнения.	Набивные мячи, баскетбольные мячи, футбольные мячи, тренажеры, гимнастические стенки, скамейки, компьютер с выходом в Интернет, экран, проектор.
4.	Техническая подготовка	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материала соревнований.	Метод подводных упражнений, словесный, наглядный, практический, и иллюстративно-демонстративный	Методические разработки Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, В.М. Качашкин физическое воспитание в начальной школе.	Упражнения, контрольные тесты, товарищеские встречи, соревнования.	Футбольные мячи. Стойки для обводки,
5.	Тактическая подготовка	Лекция, беседа, тренировка.	Групповой, повторный, игровой, соревновательный.	Методическая литература В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев Мини – футбол игра для всех.	Контрольные тесты, игры с заданием, товарищеские встречи	Футбольные мячи.
6.	Правила игры	Лекция, беседа, тренировка, показ видео материала соревнований.	Метод словесный, метод показа, метод опроса. Посещение и последующее обсуждение соревнований.	Инструкции по ТБ (технике безопасности), учебные карточки с заданиями, правила соревнований и игры. Методические Разработки М.А. Годик, А.П. Скородумова Комплексный контроль в спортивных играх.	Контрольные тесты, игры с заданиями, товарищеские встречи.	Футбольные мячи. Свистки, секундомеры.

7.	Психологическая подготовка	Объяснение, практическое занятие	Метод психорегуляции, аутогенная тренировка, словесный.	С.Н. Андреев Футбол в школе, психологическая подготовка юных футболистов, психология вратаря Тунис Марк.	Наблюдение за учащимися, выполнение специальных заданий, наблюдение за поведением на соревнованиях.	Секундомер, гимнастические маты, спортивные коврики.
8.	Соревнования	Соревнования разного уровня, товарищеские встречи	Практический. Словесный, частично – поисковый.	Инструкции по технике безопасности, правила соревнований.	Участие в соревнованиях, турнирах, товарищеских встречах, организация соревнований и судейство.	Футбольные мячи, свисток, секундомер, футбольная форма.
9.	Итоговое занятие	Мероприятие	Мероприятие с награждением активны и лучших игроков. Подведение итогов	Фотографии, видео, компьютерная презентация воспитанников секции.	Результаты матчей, турниров, товарищеских встреч и соревнований разного уровня.	Компьютер с выходом в Интернет. Экран, проектор.

### Виды и периодичность контроля результативности обучения

Вид контроля	Формы/способы контроля	Срок контроля
Текущий	Индивидуальный Беседа, анкетирование, обсуждение, наблюдение	по ходу обучения
Промежуточный	Индивидуальный. Выполнение задания Турнир, опрос	декабрь
Итоговый: Подведение итогов реализации программы	Индивидуальный, фронтальный Турнир	апрель-май

### Система контроля результативности обучения

Формы и средства выявления, фиксации и предъявления результатов обучения:

- Педагогическое наблюдение
- Опрос, тестирование
- Участие в турнирах
- Анализ партий

**Виды занятий:** тренировки, соревнования, беседы.

**Формы подведения итогов** реализации программы

Основной показатель работы секции по «Футболу» - выполнение в конце обучения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебного года, 2–3 раза в год.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения

степени достижения результатов после обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Для педагога:

- 1.
2. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2008. – 272 с.
3. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: советский спорт, 2010.-336 с.
4. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., Кулин Н.А., Российский С.А.Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011. – 160 с.: ил.
5. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.-М.: Олимпия,2007.- С.10-12.
6. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. (1 этап 8-10) – 111 с., (2 этап 11-12 лет) – 204 с.
7. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с.
8. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. – М.: ООО «издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000. – 160 с.: ил. – (для мальчиков).
9. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М.
10. Советскийспорт, 2008.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010. – 128 с.
11. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986. – 222 с.
12. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.
13. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.

### Для детей:

1. Футбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2003.
2. Литвинов, Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. – М.: Просвещение. 2005.
3. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е. Любимирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2006.
4. Клещёв Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный футболист. Москва. «Физкультура и спорт» 1989.