

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«МУРОМСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»
БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»

Рассмотрено на заседании ШМО
Руководитель ШМО
_____ Н.П.Мельник
Протокол № 16 от 26.08.2025

УТВЕРЖДЕНО
И.о. директора
МБОУ «Муромская СШ»
_____ Г.И.Цуп
Приказ № 272-О от 02.09.2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«Кожаный мяч»

Направленность: физкультурно-спортивная
Сроки реализации программы: 68 часов (1
год) Вид программы: модифицированная
Уровень: базовый
Возраст обучающихся: от 10 до 17 лет

Составитель рабочей программы: учитель физической культуры
высшей категории Данильченко С.В.

с. Муромское, 2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно- спортивной направленности «Футбол» является модифицированной и разработана на основании следующих нормативных документов:

В данной редакции внесены изменения, связанные с включением в структуру программы раздела «Воспитание», а также дополнены «Нормативно- правовые основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» с учетом основ

- государственной политики, изложенных в указах Президента РФ за период 2021-2024 гг.

- Нормативно-правовой аспект

- Определение основных понятий

- Дополнительное образование – это вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно- нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования (Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – закон № 273-ФЗ), гл. 1, ст. 2, п. 14).

- К дополнительным образовательным программам относятся: дополнительная общеобразовательная программа (дополнительная общеразвивающая программа либо дополнительная предпрофессиональная программа) или дополнительная профессиональная программа (программа повышения квалификации либо программа профессиональной переподготовки). Дополнительные общеразвивающие программы реализуются как для детей, так и для взрослых. Цель – удовлетворение потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, организация свободного времени.

Направленность (профиль) дополнительной образовательной программы определяется как «ориентация образовательной программы на конкретные области знания и (или) виды деятельности, определяющая ее предметно- тематическое содержание, преобладающие виды учебной деятельности обучающегося и требования к результатам освоения образовательной программы» (закон № 273-ФЗ, гл. 1, ст. 1).

- Содержание дополнительных общеразвивающих программ и сроки обучения по ним определяются образовательной программой, разработанной и утвержденной организацией, осуществляющей образовательную деятельность.

Содержание дополнительных предпрофессиональных программ в области искусств определяется образовательной программой, разработанной и утвержденной организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с федеральными государственными требованиями. Содержание дополнительных

образовательных программ спортивной подготовки определяется соответствующей образовательной программой, разработанной и утвержденной организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, с учетом примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки (закон № 273-ФЗ, ч. 4 ст. 75). Дополнительные общеобразовательные программы могут быть различной направленности: технической, естественнонаучной, физкультурно-спортивной, художественной, туристско-краеведческой, социально-гуманитарной (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», п.11).

Нормативно-правовые основания для создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;

Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей». Указ Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена

распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);

Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;

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

- Устава МБОУ «Муромская СШ»; Примерной программы спортивной подготовки по футболу для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ и школ олимпийского резерва; под редакцией В.П. Губа, П.В. Квашук, В.В. Краснощеков, П.Ф. Ежов, В.А. Блинов;

- Правил вида спорта мини-футбол.

- Локального акта учреждения «Положение о разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» в «Муромская СШ».

- Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

ФУТБОЛ (англ. football, от foot — нога и ball — мяч), спортивная командная игра, цель которой — забить как можно больше мячей в ворота соперника, и не пропустить в свои, используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнерам ногами, головой и др. частями тела — кроме рук. В матче побеждает команда, забившая больше голов.

По популярности и распространённости на планете футбол является игровым видом спорта номер один, членами международной федерации футбола (FIFA) являются 208 национальных футбольных федераций. Во многих странах эта игра является частью национальной культуры и объектом национальной гордости, что во многом определяет тот уровень интереса, который проявляется к футболу, и тем процессам, которые его окружают, во всем мире. Эта игра имеет огромный ряд особенностей и преимуществ, которые делают ее такой популярной. Футбол общедоступен. Для того чтобы в него играть нужны только мяч, любая ровная площадка и ворота. Поэтому многие профессиональные игроки еще в детстве начали свой путь с «дворового» футбола. В эту игру может играть каждый, она проста и в то же время, интересна и зрелищна.

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.

Футбол - это, прежде всего командная игра, где исход встречи зависит не столько от каждого игрока в отдельности, сколько от умения этими игроками взаимодействовать друг с другом.

Успех команды также зависит от скоростных и скоростно-силовых способностей футболистов, умения делать грамотные передачи, видеть партнера по команде и молниеносно принимать решения. Но футбол основан не только на командных взаимодействиях и тактике, но и на индивидуальной технике каждого игрока, умения нанести удар, обвести противника, обыгрывать соперника. Все эти качества требуют огромной физической и технической подготовленности и нарабатываются путем многолетних тренировок.

Футбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм детей. Футбол развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки. Круглогодичные занятия футболом в самых различных климатических и

метеорологических условиях, способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость организма к заболеваниям усиливают его адаптационные возможности. При этом - как уже говорилось выше - воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни. Данная программа создает оптимальные условия для развития детско-юношеского футбола в спортивной школе.

Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по футболу **направлена** на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта, получение начальных знаний в области физической культуры и спорта.

Отличительные особенности.

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приёмов избранного вида спорта по следующим разделам:

1. Общие основы мини-футбола.
2. Изучение и обучение основам техники мини-футбола.
3. Изучение и обучение основам тактики игры.
4. Основы физической подготовки в мини-футболе.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством игры в футбол.

Актуальность данной программы состоит в том, что она направлена на создание условий для самореализации обучающихся по интересующей физкультурно-спортивной направленности. Организация содержательного досуга детей и молодежи особенно важна и обусловлена различными причинами: рост нервно-эмоциональных перегрузок, увеличение педагогически запущенных детей, наличие безнадзорных детей, рост компьютерной зависимости молодежи.

Жизнь заставляет нас на каждом шагу отстаивать правильность своих мировоззрений, поступать решительно, проявлять в зависимости от обстоятельств выдержку и твердость, осторожность и смелость, умение фантазировать и умение смирять фантазию. И всё это же самое требуется в игровых видах спорта. Все эти аспекты подтверждают и укрепляют актуальность и социальную значимость программы.

Педагогическая целесообразность программы. Программный материал представлен в виде современных технологий. В данной программе под технологиями понимается набор операций по формированию знаний, умений и навыков, направленных на укрепление здоровья детей и подростков. В программе реализуются технологии различных типов:

Здоровьесберегающие технологии. Их применение в процессе занятий баскетболом в учреждениях дополнительного образования обеспечивает создание безопасных условий для занятий и рациональную организацию образовательного процесса (с учетом возрастных, половых, индивидуальных особенностей занимающихся при соблюдении гигиенических требований), а также соответствие физической нагрузки возрастным особенностям обучающихся.

Технологии обучения здоровью. Включают гигиеническое обучение (правильное питание, гигиена тела), обучение жизненным навыкам в общении (управление эмоциями, разрешение конфликтов), осознанное соблюдение техники безопасности на занятиях, профилактику вредных привычек.

Технологии воспитания физической культуры и укрепления здоровья. Усиливают воспитание у обучающихся культуры здоровья, формируют представления о здоровье как ценности, стимулируют мотивацию на ведение здорового образа жизни, ответственность за собственное здоровье.

Преимственность программ со школьными программами, предметами: программа структурирована на интеграции и опережении с предметами общеобразовательной школы:

- физическая культура (бег, гимнастика – акробатика, укрепление мышечного корсета, развитие координации, гибкости, ловкости, силы, выносливости, быстроты; силовая физическая подготовка; подвижные и спортивные игры, история физкультуры и спорта, футбола);
- биологией (здоровый образ жизни – режим дня, гигиена, правильное питание,

строение человека);

- историей (история Древней Греции и Рима – зарождение Олимпийских игр).

Программа составлена в соответствии с требованиями санитарных правил и норм, основной формой обучения являются учебно-тренировочные занятия, календарные соревнования, учебно-тренировочные занятия в спортивно-оздоровительном лагере, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия. В программе указаны темы для теоретических и практических занятий, нормативы для проведения контрольных испытаний по физической подготовке.

Адресат программы

Спортивно-оздоровительная группа комплектуется из всех желающих заниматься мини-футболом, имеющих разрешение врача и согласие родителей. Программа ориентирована на детей в возрасте 7-17 лет.

Состав группы

Оптимальный количественный состав группы 15 человек. Учебная группа может быть создана путем объединения разновозрастных категорий детей. **Обучение ведется** на русском языке.

Основная форма обучения – очная. В случае возникновения форс – мажорных обстоятельств - электронное обучение с применением дистанционных технологий.

Форма организации деятельности обучающихся на занятиях – групповая, индивидуальная.

Форма проведения занятий – тренировочное мероприятие, беседа, соревнование, открытое занятие. При дистанционном обучении – самостоятельное изучение выданного учебного материала, консультации, практическое задание (посредством видеоконференций, вебинаров).

Практическая значимость программы в том, что можно, 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. Известно, что дети, занимающиеся игровыми видами спорта, легче приспосабливаются к жизни, менее конфликтны и умеют плодотворно работать в «команде».

Цель программы – мотивация обучающихся на физическое воспитание и развитие творческой личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья.

Основными задачами реализации Программы являются:

Обучающие:

- ознакомление с историей развития футбола, правил соревнований;
- освоение и совершенствование основ техники футбола и тактических действий;
- ознакомление с основами физиологии и гигиены спортсмена, техники безопасности на занятиях и режиме дня.

Развивающие:

- развитие основных физических качеств, двигательных умений и навыков;
- развитие специальных физических качеств, характерных для избранного вида спорта: быстроты, выносливости, координации, внимания, скоростно- силовых качеств;
- развитие стремления к совершенствованию как способа достижения наивысших результатов через участие в соревнованиях;
- развитие коммуникативных навыков.

Воспитательные:

- воспитание волевых, смелых дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни;
- воспитание патриотизма и любви к родному краю;
- привитие стойкого интереса к занятиям физкультурой и спортом.

Программа разработана с учетом следующих основных принципов

сп о 1 р) **принцип целостности**, который предусматривает тесную взаимосвязь тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической, теоретической подготовок);

2) **принцип преемственности**, который определяет последовательность изложения

программного материала по этапам обучения для обеспечения в многолетнем тренировочном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов

тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и технико-тактической подготовленности;

3) принцип вариативности, который предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей юного спортсмена, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенных задач спортивной подготовки.

Срок реализации программы:

Срок реализации – 1 год. Программа рассчитана на 68 часов. Продолжительность одного занятия два академических часа (один час – 45 минут). Занятия ведутся 2 раза в неделю по 1 часу. программа рассчитана на реализацию в течение 1 года подготовки.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются теоретические и групповые практические занятия, тренировки по индивидуальным планам, календарные соревнования, учебно-тренировочные занятия в спортивно- оздоровительном лагере, занятия по подготовке и выполнению контрольных нормативов, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Режим тренировочной работы и требования по физической подготовке

Этап подготовки	Год обучения	Минимальный возраст, лет	Мин. наполняемость групп (чел.)	Макс. наполняемость	Макс. объём нагрузки час/нед	Годовая нагрузка час/нед. 34 недели	Требования к спортивной подготовленности и
Спортивно-оздоровительный	1	11	8	15	2	68 ч	Выполнение нормативов по физической и технической подготовке

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Вид подготовки, название раздела программы, тема	Всего часов	Количество часов		Форма аттестации(контроля) по разделам, темам
			теория	практика	
1.	Теоретическая подготовка	2	2		беседа
2.	Общая физическая подготовка	6		6	диагностика
3.	Специальная физическая подготовка	12		12	диагностика
4.	Техническая подготовка	16	1	15	диагностика

5.	Тактическая подготовка	11	1	10	диагностика
6.	Игровая подготовка	16		16	диагностика
	Участие в соревнованиях	4		4	соревнования
7.	Инструкторская и судейская практика	3	1	2	
8.	Интегральная подготовка вне сетки часов				
	Восстановительные мероприятия	вне сетки часов			наблюдение
	Психологическая подготовка	вне сетки часов			наблюдение
	Рабочая программа воспитания	вне сетки часов			наблюдение
	Медицинское обследование	вне сетки часов			справка
9.	Аттестация	2		2	Аттестация входная и промежуточная
	Итого	72	5	67	

II. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА

1. Теоретическая подготовка (2ч.)

Данный раздел дается весь период учебного года и во всех частях тренировки (подготовительная, основная, заключительная). Теоретический материал дается в течение 5-10 минут.

Физическая культура и спорт в России.

Понятие «физическая культура». Значение физической культуры для подготовки граждан России к трудовой деятельности и защите Родины. Формы занятий физическими упражнениями детей школьного возраста. Единая всероссийская спортивная классификация для развития спорта в России. Важнейшие решения Правительства РФ по вопросам развития физической культуры и спорта.

Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Гигиенические требования к питанию спортсменов. Понятие о тренировке и «спортивная форма».

Массаж и самомассаж. Баня. Режим дня юного спортсмена. Закаливание. Дневник. Особенности травматизма в мини-футболе. Оказание первой помощи при несчастных случаях.

Общая и специальная физическая подготовка. Средства общей и специальной физической подготовки, применяемые в процессе обучения и тренировки с юными спортсменами в мини-футболе. Единство общей и специальной физической подготовки. Взаимосвязь между развитием основных физических качеств. Контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовке для юных футболистов.

Основы техники и тактики мини-футбол. Понятие о технике мини-футбола. Характеристика основных приемов игры. О соединении технической и физической подготовки. Понятие о тактике мини-футбола. Характеристика тактических действий. Анализ технических и тактических действий в атаке и обороне. Классификация техники и тактики мини-футбола.

Спортивные соревнования по мини-футболу. Правила игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды. Его права и обязанности. Планирование, организация и проведение соревнований по мини-футболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по мини-футболу. Судейская бригада: главный судья, 1-й судья, 2-й судья, 3-й судья, хронометрист, судья-информатор. Их роль в организации и проведении соревнований.

Места занятий, оборудование и инвентарь.

Игровая площадка для проведения занятий и соревнований по мини-футболу. Подсобное оборудование. Технические средства, используемые при обучении юных футболистов. Мячи. Их подготовка к занятиям и играм. Требования к спортивной одежде и обуви. Уход за ними.

2. Практическая подготовка

Общая физическая подготовка (ОФП – 6 ч.)

Теоретическая часть:

Подбор упражнений, выполнение индивидуальных комплексов утренней зарядки. Упражнения для формирования правильной осанки, профилактики плоскостопия и их коррекции. Основы саморегуляции эмоционального состояния при занятии спортом. Последовательное выполнение частей занятий, наблюдение за режимом нагрузки в течение занятия.

Практическая часть:

На данном этапе ОФП дается в подготовительной и основной части тренировочного занятия (обучение, закрепление).

Сила. Упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Упражнения с отягощениями для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Быстрота. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта, с ходу, с максимальной скоростью. Бег за лидером, бег под уклон.

Гибкость. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведение ног, рук до предела, мост, шпагат). Общеразвивающие упражнения с предметами в парах, кругах, шеренгах.

Ловкость. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны, с места, с разбега и с прыжка. Стойки на голове, руках и лопатках. Элементы борьбы, подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Специальная физическая подготовка (СФП – 12 ч.)

Теоретическая часть:

Передвижения в различных стойках, вперед лицом, влево, вправо, спиной вперед. Классификация специальных физических упражнений, развивающих морфофункциональные качества футболиста.

Практическая часть:

Дается как в основной, так и в заключительной части занятия.

Прыгучесть. Прыжки на одной и двух ногах, через линию, скамейку, партнера, предметы, а также по кругу, зигзагом, по прямой, на скорости, на дальность, в высоту.

Быстрота движений. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь.

Игровая ловкость. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота. Эстафеты с прыжками, ловлей, передачей и бросками мяча. Подвижные игры с элементами ловкости («вышибалы», «снайпер», «пятнашки»).

Теоретическая часть:

Техническая подготовка (16 ч.)

Способы держания приема мяча. Разновидности ударов. Методы защиты и нападения. Терминология мини-футбола.

Практическая часть:

Перемещение, стойка игрока, повороты.

Перемещение приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед, скрестным шагом, лицом и спиной вперед. Повороты лицом и спиной вперед. Защитная стойка. Стойка вратаря и перемещения.

Прием мяча. Прием внутренней стороной стопы катящихся и опускающихся мячей. Прием подошвой мячей, внешней стороной стопы. Прием летящих мячей грудью. Прием опускающегося мяча бедром. Ловля мячей вратарем (катящихся, низколетящих, полуввысоких). Ловля, стоя, в падении, в прыжке. Отбивание мяча ногами, ладонями, кулаками.

Ведение мяча и финты. Ведение мяча внешней частью подъема, внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы, серединой подъема. Выполнение финтов:

«уходом», «уходом с ложным замахом на удар». Вбрасывание мяча из-за плеча вратарем с места, в движении со скрестными шагами, без скрестных шагов. **Удары по мячу ногами и головой.** Удары по неподвижному и летящему мячу. Удары серединой, внутренней и внешней частью подъема, пяткой, подошвой. Удары по мячу головой серединой лба, боковой и затылочной частью как в опорном положении, так и в прыжке или в броске.

Отбор мяча. Отбор мяча накладываем стопы, выбиванием и перехватом.

Тактическая подготовка (11 ч.)

Теоретическая подготовка:

Основы тактических элементов. Основные тактические приемы. Выведения партнера на нужный тактический удар.

Тактика командной защиты, и нападения.

Практическая подготовка:

Атака. Индивидуальные действия: атакующие действия без мяча, с мячом, ведение, финты, удар по воротам. Групповые действия: комбинации «игра в одно-два касания», «стенка». Комбинации при розыгрыше стандартных положений.

Командные действия. Индивидуальные действия вратаря.

Оборона. Обороняющие действия против соперника без мяча и с мячом. Групповые действия в обороне. Командные действия в обороне (концентрированная).

Учебные и тренировочные игры (16 часов)

Игровая подготовка включает: учебные игры, спортивные игры, эстафеты. Учебные игры: Закрепление технических и тактических навыков воспитанников в игровой обстановке происходит в учебных играх. Они проводятся либо на одной половине площадки, либо на всей площадке. Ученикам дается задание по пройденному учебному материалу. Игру на одной стороне площадки проводят так. Повторяя какой-либо учебный материал (например, взаимодействие двух-трех игроков с заслоном, наведением или пересечением, а также игру в защите по системе «игрок игрока» на своей половине поля или в области штрафного, предлагают одной команде в течение 5- 10 мин только нападать, а другой - только защищаться. Затем команды меняются ролями, и в игре репетируют указанные педагогом технические и тактические приемы. Педагог следит за правильностью выполнения отдельных приемов и дает ученикам указание, если нужно исправить ошибки.

В дальнейшем учебная игра на половине площадки проводится опять-таки со специальным заданием, но смена нападающих и обороняющихся происходит по- другому. Если, атакующие поразили ворота, то снова нападают. А если обороняющиеся перехватили мяч при передаче соперников или подобрали его рядом с воротами, то команды меняются ролями. Победительницей считается команда, забившая больше голов.

Проводя учебную игру по всей площадке или двустороннюю игру, педагог вводит некоторые условности и дает воспитанникам определенные задания.

1. Если команда забьет гол, то она снова нападает. В такой игре удобно шлифовать технику защиты и справлять ошибки футболистов. Остановив игру и указав на грубую ошибку, педагог тут же демонстрирует правильное выполнение приема.

2. Учебная игра 5 x 5. В каждой команде по 6-7 игроков. Запасные входят в игру только после попадания в ворота их команды. Вновь вышедший на площадку игрок заменяет того партнера, который опекал соперника, забросившего мяч и начинает держать того же соперника.

3. Учебная игра с ограничениями. На пример, запрещается вести мяч больше 2-3 раз. При нарушении этого условия мяч переходит во владение соперников.

4. Учебная игра с дополнительными условиями: правильно выполнять технические приемы. На пример, игрок может терять мяч, если во время ведения не укрывает мяч туловищем или управляет мячом ближней к сопернику ногой.

В учебных играх происходит освоение теоретических знаний, проводимых в форме бесед продолжительностью 10-15 минут. Учащиеся осваивают следующие темы:

Основы игры в футбол: Владение мячом. Командные действия. Игра в нападении и защите. Игра вратаря. Установка на игру и разбор её проведения: Значение предстоящей игры. Анализ игры всей команды и отдельных игроков. Причины выполнения или невыполнения соревновательной задачи.

Спортивные игры: Одним из средств подготовки юных футболистов являются спортивные игры (баскетбол, хоккей, ручной мяч, пионербол), так как все эти игры являются командными и их в значительной степени объединяет общность игровых действий (индивидуальные, групповые, командные). Использование спортивных игр при подготовке юных футболистов обеспечивает, прежде всего, хорошую функциональную подготовку, учит умению передвигаться по площадке различными способами, учит взаимодействию участников игры, развивает игровое мышление. Вырабатывает командный дух, характер и волю к победе.

Эстафеты: Для развития быстроты и ловкости, как наиболее важных качеств футболиста, используются разнообразные эстафеты (с препятствиями, в парах, скоростные, круговые, с предметами и без предмета).

Рекомендуемые темы теоретической подготовки на все года:

Методы организации подвижных игр. Эффективность игровых действий. Правила и организация игр.

Виды спортивных игр. Значение спортивных игр при подготовке юных футболистов.

Правила и организация спортивных игр (баскетбол, гандбол, волейбол и т.д.).

Виды эстафет (с препятствиями, в парах, скоростные, круговые, с предметами и без предмета и др.). Особенности организации проведения эстафеты.

Участие в соревнованиях (4 ч.)

Теоретическая подготовка:

Инструктаж по ОТ и ТБ во время участия в соревнования по мини-футболу. *Правила поведения на соревнованиях в качестве участника, зрителя. Режим и питание перед стартами.* Спортивная форма. Схема турниров по мини- футболу. Личные и командные первенства. Анализ собственного спортивного результата, анализ результата члена команды.

Практическая часть:

Соревнования школьные и районные. Участие в соревнованиях.

Судейская и инструкторская практика (3 ч)

Теоретическая часть:

Изучение основных правил баскетбола и жестов судей.

Практическая часть:

Дается в учебно-тренировочной игре.

Интегральная подготовка (вне сетки часов)

Игра в ручной мяч по упрощенным правилам (без аутов, без ограничения времени на владение мячом и т.п.).

Двусторонняя игра двумя мячами и на маленькие ворота. игра по правилам 3 на 3, 2 на 2, 1 на 1, 4 на 4 с вратарями и без, с заданием (забивать голы в касание после передачи партнера, из пределов штрафной площади, определенному игроку и т.п.). Игра на одни ворота, различные футбольные игры 9типа «Сало»,

«300», «Лучший вратарь»). Игра в «Квадрат» 5 на 2 или 4 на 2 с определенным заданием и ограничением касаний. Игра на удержание мяча в командах с нейтральным игроком и без него. Двусторонние игры на снегу (7 на 7), на травяном и искусственном газоне, на грунте и т.п.

Игра по всем правилам большого футбола.

Восстановительные средства и мероприятия (вне сетки часов) Восстановительные мероприятия

Основные восстановительные средства:

1. Душ – применять после каждого тренировочного занятия 5-10 минут.
2. Ванны – за 30 минут до сна и сразу после тренировки (t 36-38⁰с добавлением «Хвойного экстракта»).
3. Парная баня – применять накануне «дня отдыха».
4. Массаж и самомассаж.

Восстановительные средства

К здоровью юных спортсменов предъявляются большие требования, так как в процессе тренировочно – соревновательной деятельности могут возникнуть условия для развития перенапряжения и утомления. Восстановительные процессы подразделяются на: текущее восстановление в ходе выполнения упражнений; срочное восстановление, происходящее сразу после окончания работы; отставленное восстановление, которое наблюдается на протяжении длительного времени после выполнения тренировочной нагрузки; стресс- восстановление – восстановление после перенапряжений. Для восстановления работоспособности учащихся спортивных школ используется широкий круг средств и мероприятий (педагогических, психологических и медико- биологических) с учетом возраста, этапа подготовки, интенсивности тренировочных нагрузок и индивидуальных особенностей юных спортсменов.

Педагогические средства восстановления включают:

- рациональное планирование тренировочного процесса в соответствии с функциональными возможностями организма, построение тренировочных и соревновательных циклов, четкую организацию работы и отдыха;
- построение отдельного тренировочного занятия с использованием средств восстановления: полноценная разминка, подбор инвентаря, оборудования и мест для занятий, упражнений для активного отдыха и расслабления, создание положительного эмоционального фона;
- варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными

занятиями;
разработку специальных физических упражнений с целью ускорения восстановления работоспособности спортсменов, совершенствования технических приемов и тактических действий.

Психолого-педагогические средства включают:

специальные восстановительные упражнения: на расслабление, дыхательные, на растяжение, восстановительного характера (настольный теннис), чередование средств ОФП и психорегуляции.

Медико-гигиенические средства восстановления включают:

- сбалансированное питание, физические средства восстановления (душ) обеспечение соответствия условий тренировок, соревнований и отдыха основным санитарно-гигиеническим требованиям.

Психологические средства восстановления включают:

- психорегулирующую тренировку, упражнения для мышечного расслабления, сон-отдых;
- особенно следует учитывать отрицательно действующие во время соревнований психогенные факторы (неблагоприятная реакция зрителей, боязнь проиграть, получить травму, психологическое давление соперников), чтобы своевременно ликвидировать или нейтрализовать их. Следует учитывать, что после соревновательного цикла необходимы физическая и психологическая разгрузка, подготовка организма к новому циклу тренировочных и соревновательных нагрузок, профилактика перенапряжений.

Психологическая подготовка (вне сетки часов)

Теоретическая часть:

Психологическая подготовка юных спортсменов состоит из общепсихологической подготовки (круглогодичной), психологической подготовки к соревнованиям и управления нервно-психическим восстановлением.

Общая психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, специализированных психических функций и психомоторных качеств.

Средства и методы психолого-педагогических воздействий должны включаться во все этапы и периоды круглогодичной подготовки.

На занятиях акцент делается на развитие спортивного интеллекта, способности к саморегуляции, формировании волевых черт характера, развитие оперативного мышления и памяти, создании общей психической подготовленности к соревнованиям.

Практическая часть:

В круглогодичном цикле подготовки должен быть сделан следующий акцент при распределении объектов психолого-педагогических воздействий;

- в подготовительном периоде подготовки выделяются средства и методы психолого-педагогических воздействий, связанные с морально-психологическим просвещением спортсменов, развитием их спортивного интеллекта, развитием волевых качеств и специализированного восприятия;

- в соревновательном периоде подготовки упор делается на совершенствовании эмоциональной устойчивости, свойств внимания, достижения специальной психической готовности к выступлению и мобилизационной готовности к состязаниям;

- в переходном периоде преимущественно используются средства и методы нервно-психического восстановления организма.

В течение всех периодов подготовки применяются методы, способствующие совершенствованию моральных черт характера спортсмена, и приемы психической регуляции.

Рабочая программа воспитания

Теоретическая часть:

Личностное развитие детей - одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека.

Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер-преподаватель может проводить ее во время учебно-тренировочных занятий и дополнительно на тренировочных сборах и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время.

На протяжении многолетней спортивной подготовки тренер формирует у обучающихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми {настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Практическая часть:

Воспитательные средства:

личный пример и педагогическое мастерство тренера;

атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;

дружный коллектив;

система морального стимулирования;

наставничество опытных спортсменов.

Основные воспитательные мероприятия:

просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение,

регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;

встречи со знаменитыми спортсменами;

экскурсии, культпоходы в театры и на

выставки; тематические диспуты и беседы;

трудовые сборы и

субботники; оформление

стендов и газет.

Важное место в воспитательной работе должно отводиться соревнованиям. Кроме воспитания у

обучающихся понятия об общечеловеческих ценностях, необходимо серьезное внимание обратить на этику спортивной борьбы на площадке и вне ее. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещенным приемам и действиям в баскетболе (неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей). Перед соревнованиями необходимо настраивать игроков не только на достижение победы, но и на проявление в поединке морально-волевых качеств. Соревнования могут быть средством контроля за успешностью воспитательной работы в команде. Наблюдая за особенностями поведения и высказываниями учеников во время игр, тренер может сделать вывод о сформированности у них необходимых качеств.

Календарный план воспитательной работы

Направление	Название мероприятий	Сроки
воспитательной работы		
Гражданско-патриотическое	Осенний турнир по мини-футболу.	сентябрь
	Турнир по мини-футболу посвященный дню народному единству	ноябрь
	Турнир по мини-футболу посвящённый к дню победы ВОВ	май
	Районные соревнования по мини- футболу (отборочные к зональным играм)	апрель
Нравственно-эстетическое воспитание	Собрание в группе, выбор капитана команды	сентябрь
	Размещение в СШ, СМИ информации о мероприятиях, достижениях обучающихся.	ежемесячно
	Просмотр игр наших выпускников	ежемесячно
	Встреча с Ветеранами локальных конфликтов	февраль
Трудовое воспитание	Подготовка и уборка дежурными инвентаря до после тренировочного занятия	ежемесячно

Подготовка стадиона к соревнованиям (уборка мусора, разметка поля, ремонт сетки)	ежемесячно
Уборка территорий памятников, природных наследий сельского поселения	Сентябрь, апрель

Профилактика правонарушений	Футбол за ЗОЖ. Беседа.	ежемесячно
	Всемирный день борьбы со СПИДом	декабрь
	Встреча с сотрудниками Полиции	июнь
	Просмотр художественных фильмов о судьбе выдающихся футболистов мира.	февраль
Работа с родителями	Родительское собрание.	Сентябрь, март, июль
	Рождественский турнир по мини- футболу «Отцы и дети»	январь
	Туристические походы с родителями на природу.	июнь
	Работа с рабочей группой родителей для проведения мероприятий.	ежемесячно

Медицинское обследование (вне сетки часов)

Задачи, средства и формы врачебно-педагогического контроля приведены в Положении о врачебном контроле за лицами, занимающимися физической культурой и спортом (приказ Минздрава СССР от 29.12.1985 г. № 1672).

Требования мер безопасности

Для предотвращения травм на занятиях командными игровыми видами спорта, в том числе баскетболом, необходимо учитывать основные причины травматизма:

- нарушение правил организации занятий и отсутствие сознательной дисциплины;
- нарушение методики и режима тренировки;
- плохое материально-техническое обеспечение занятий;
- нарушение врачебных требований и гигиенических условий.

К травматизму могут привести: отвлечение от занятий тренера- преподавателя; неправильная организация занятий; несоответствие количественного состава обучающихся минимальным требованиям; отсутствие сознательной дисциплины, чувства ответственности и серьезного отношения к занятиям.

Общие требования безопасности

- 1.1 К тренировочным занятиям допускаются обучающиеся только после ознакомления с правилами техники безопасности и имеющие медицинский допуск к занятиям баскетболом.
- 1.2 При осуществлении тренировочного процесса необходимо соблюдать правила поведения в спортивном зале, время тренировок в соответствии с расписанием учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3 При проведении занятий по спортивным играм возможно воздействие следующих опасных факторов: травмы при столкновениях, при нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.
- 1.4 Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
- 1.5 При проведении занятий по спортивным играм должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи при травмах.
- 1.6 О каждом несчастном случае с обучающимся пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (преподавателю, тренеру), который сообщает о несчастном случае администрации учреждения и принимает меры к оказанию первой помощи пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
- 1.7 В процессе занятий тренер-преподаватель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
- 1.8 Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда

привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1 Тщательно проветрить спортивный зал.
- 2.2 Тренер-преподаватель должен проверить исправность и надежность крепления баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.
- 2.3. Вход в зал разрешается только в присутствии тренера-преподавателя.
- 2.4 Обучающиеся допускаются к занятиям только в соответствующей спортивной форме и спортивной обуви с нескользкой подошвой. Перед занятием необходимо снять все украшения и предметы, способные привести к травме: браслеты, цепочки, часы, заколки и т.д.
- 2.5 Ногти на руках должны быть коротко подстрижены.
- 2.6 Провести разминку.

1. Требования безопасности во время занятий

- 1.1 Занятия в зале проходят согласно расписанию.
- 3.2. Тренер-преподаватель должен поддерживать дисциплину во время занятий и добиваться четкого выполнения своих требований и замечаний, постоянно осуществлять контроль за действиями обучающихся.
- 3.3. При занятиях баскетболом должно быть исключено:
 - пренебрежительное отношение к разминке;
 - неправильное обучение технике физических упражнений;
 - плохая подготовка инвентаря для проведения занятий (плохое крепление снарядов, не выявленные дефекты);
 - нарушение дисциплины, невнимательность, поспешность.
- 3.4. На занятиях баскетболом запрещается:
 - находиться в зале и начинать учебно-тренировочные занятия без тренера- преподавателя;
 - начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру без сигнала тренера- преподавателя;
 - брать инвентарь и выполнять физические упражнения без разрешения и присутствия тренера-преподавателя;
 - категорически запрещается висеть на дужке кольца, залезать на баскетбольный щит, бросать мяч под ноги игрокам, передавать или подавать мяч ногой.

2. Требования безопасности в чрезвычайных и аварийных ситуациях

- 2.1 При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.
- 2.2 При получении обучающимся травмы немедленно сообщить об этом руководителю учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
- 4.3. При возникновении пожара в спортивном зале действия работников образовательного учреждения должны соответствовать требованиям инструкции по пожарной безопасности, действующей в учреждении.

3. Требования безопасности по окончании занятий

- 3.1 Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.
- 3.2 Проветрить спортивный зал и провести влажную уборку.
- 3.3 Снять спортивную одежду и спортивную обувь, тщательно вымыть лицо и руки с мылом, по возможности принять душ.

Медицинское обследование (вне сетки часов)

Задачи, средства и формы врачебно-педагогического контроля приведены в Положении о врачебном контроле за лицами, занимающимися физической культурой и спортом (приказ Минздрава СССР от 29.12.1985 г. № 1672).

Медицинский осмотр обучающихся осуществляется врачами БУЗ УР

Методическое обеспечение программы

Подготовка юного футболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов

обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально волевой.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод избыточности; предполагающий применение тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Средства спортивной тренировки. Основным средством спортивной тренировки являются физические упражнения. Они могут быть разделены на 3 группы:

Общеподготовительные упражнения;
специально подготовительные упражнения;
избранные соревновательные упражнения.

Формы занятий: теоретические и групповые практические занятия, календарные соревнования, учебные и товарищеские игры, занятия по подготовке и выполнению контрольных упражнений, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Дидактические материалы: специальная литература, справочные материалы, правила соревнований по футболу, правила судейства в футболе.

Методические разработки: положения о соревнованиях, методические разработки по обучению основам техники футбола.

VII. Основные условия реализации программы

VIII. Кадровое обеспечение

Тренеры-преподаватели, имеющие профильное среднее или высшее образование в области физической культуры и спорта, либо получающие образование по профилю, либо прошедшие курсы повышения квалификации по спортивной направленности.

Материально-техническое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение: спортивная площадка, тренажерный зал, оборудование и инвентарь, необходимый для реализации программы:

ворота футбольные;
мячи футбольные;
флаги для разметки футбольного поля;
ворота футбольные переносные;
насос универсальный;
сетка для переноски мячей;
секундомеры;
конусы;
гантели;
свисток;

- экипировка: манишки футбольные, игровая форма;
- демонстрационная доска;
- гимнастические палки;
- ворота различных размеров.
- планшеты;

IX.

Годовой календарный план-график Основные работники

Содержание занятий	часы												
		сен тябрь	окт брь	ноя брь	дек брь	январь	февраль	март	апрель	май			
Теория	2	1				1				1			
Практика	67												
ОФП	6	1	1	1	1	1	1						
СФП	12	1	2	1	1	1	2	2	2	1		1	
Техническое мастерство	16	1	2	2	2	2	2	2	2	2		1	
Тактическая подготовка	11	1	1	1	2	1	1	1	1	1		2	
Игровая практика	16	1	2	2	2	2	2	2	2	2		1	
Участие в соревнованиях	4								1	1		1	
Инструкторская и судейская практика	3									1		2	
Интегральная подготовка	Вне сетки часов												
Восстановительные мероприятия	Вне сетки часов												
Психологическая подготовка	Вне сетки часов												
Рабочая программа воспитания	Вне сетки часов												
Медицинское обследование	Вне сетки часов												
Аттестация		2			1					1			
Итого	72	6	8	7	9	8	8	8	9	9			

Планируемые результаты

По итогам освоения программы у обучающихся будут сформированы следующие результаты:

Личностные:

культура здорового образа жизни;

– коммуникативные и волевые качества, трудолюбие, взаимовыручку, спортивное поведение;

знание основ профилактики травматизма.

Метапредметные:

самореализация, самосовершенствование;

Умение применять полученные знания и умения в повседневной жизни;

– умение управлять своими эмоциями в процессе занятий и на соревнованиях.

Предметные:

– знание техники и тактики в мини-футболе и умение использовать их во время спортивных соревнований;

знание способов развития скоростной техники и умение их применять;

знание правил судейства по отдельным видам спорта и умение их применять;

– умение и навыки в организации и проведении соревнований по мини- футболу; сдачи нормативов ОФП и СФП;

- знания в области терминологии в мини-футболе.

Аттестация (4 ч)

Теоретическая часть:

Методика и техника выполнения контрольно-тестовых упражнений. Исходные положения.

Самостоятельное определение уровня физической подготовки. Простейшие психологические тренинги по контролю за эмоциями. ***Практическая часть*** Выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей физической, специально физической и технико-тактической подготовке.

Участие в блиц опросах по теоретическим вопросам. Анкетирование.

Формы аттестации/контроля Способы определения результативности:

- выполнение контрольных испытаний (упражнений);
- участие в соревнованиях.
- беседа;
- диагностика.
- наблюдение

Формы подведения итогов реализации программы – контрольные испытания:

- **освоение теоретической подготовки:** в виде тестирования по изученному материалу;
- **физическая подготовка:** уровень общей физической подготовленности определяется при выполнении контрольных нормативов по ОФП, проводимых в начале и конце учебного года; участие в соревнованиях внутришкольного и муниципального уровня.

Метапредметные и личностные результаты оцениваются путем наблюдения и опроса в процессе учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

Оценочные материалы

Контрольные испытания по технико-тактической и физической подготовке

Входная диагностика

Контрольные испытания	Количество выполнений	
	юноши	
	7-10	
Бег 60 м. (с)	11,9	
Челночный бег 3x10 м. (с)	9,8	
Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	
Удар по мячу ногой по дальность (м.)	10	

Итоговая аттестация выполнений

№	Контрольные испытания	Количество		
		юноши		
		7-10		
1	Бег 60 м. (с)	10,8		
2	Челночный бег 3x10 м. (с)	8,9		
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	4		
4	Удар по мячу ногой по дальность (м.)	18		
5	Ведение мяча змейкой	Техника		
6	Набивание мяча головой/ногами (количество раз)	4/8		
Показатели планируем ых результатов (оцениваем ые	Формы и методы отслеживан ия	Уровни усвоения (что необходимо знать и уметь для каждого уровня)		
		Низкий 0-4 б.	Средний 5-8 б.	Высокий 9-12 б.

параметры) Критерии оценивания и отслеживан ия				
ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ				
Теория -знаниеистории и возникновения и развития избранного вида спорта в мире и РФ	Тест.	Менее 50% верных ответов на вопросы	51 - 79% правильных ответов на вопросы	80 - 100% правильн ых ответов на вопросы
- знание значения физической культуры и спорта, ЗОЖ в развитии организма	Тест	Менее 50% верных ответов на вопросы	51-79 % правильных ответов на вопросы	80 - 100% правильн ых ответов на вопросы
- знание о строении организма, функциональн ых возможностях органов и систем	Викторина. Экзаменац и онные билеты	Менее 50% верных ответов на вопросы	51 - 79% правильных ответов на вопросы	80 - 100% правильн ых ответов на вопросы
- знание правил ТБ на занятиях и соревнованиях	Наблюдение	Соблюден ие ТБ только под контролем взрослого	Соблюдение не всех правил ТБ или только по напоминанию	Соблюдает все правила ТБ
-знание терминологии и теоретических основ построения учебно– тренировочного процесса	Тест Наблюдение	Менее 50% верных ответов на вопросы Избегает употреблять специальну ю терминолог ию	51 - 79% правильных ответов на вопросы Сочетание специальной терминологи и с бытовой	80 - 100% правильн ых ответов на вопросы Употреб ляет специал ьные термины осознан но и в

				соответс твии с содержа нием
- знание правил соревнований, судейской терминологии и жестов	Теоретические тесты	Неполный ответ, много ошибок.	Полный ответ, но есть ошибки.	Полный ответ, без ошибок
Практика - уровень общей и специальной физической подготовленности	Контрольные	Выполняет упражнения не в полную силу, допускает технические ошибки. Количественный результат соответствует данному уровню.	Выполняет упражнения в полную силу, не соблюдается техника исполнения и дыхания. Количественный результат соответствует данному уровню.	Выполняет упражнения в полную силу, соблюдая правильную технику исполнения и дыхания. Количественный результат соответствует данному уровню.
- уровень технической	Контрольные	Слабо владеет базовыми движениями, техника исполнения недостаточно	Владеет базовыми движениями, но не всегда точное исполнение, техника исполнения частично	Владеет базовыми движениями, техника исполнения соответствует

		уверенная, не соответствует особенностям вида спорта, малая амплитуда движений. Количественный и качественный результат соответствует данному уровню.	соответствует особенностям вида спорта, достаточная амплитуда движений. Количественный и качественный результат соответствует данному уровню.	особенностям избранного вида спорта, движения амплитудные. Количественный и качественный результат соответствует данному уровню.
--	--	---	---	--

- инструкторская и судейская практика	Практическое судейство.	Применение жестов, терминологии, системы оценивания в судействе с грубыми ошибками. Субъективная судейская оценка.	Применение жестов, терминологии, системы оценивания в судействе с незначительными и ошибками.	Уверенное применение жестов терминологии, системы оценивания в судействе. Объективная аргументированная судейская оценка.
---------------------------------------	-------------------------	--	---	---

	Самостоятельное проведение занятия. Проведение мастер-класса	Неуверенная демонстрация материала, не соответствие теоретического и практического материала, материал не понятен обучающимся	Не всегда уверенная демонстрация материала, частичное соответствие теоретического и практического материала, недостаточная доступность и понятность материала для обучающихся.	Уверенная демонстрация материала, соответствие теоретического и практического материала, доступность и понятность материала для обучающихся.
--	---	---	--	--

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- мотивация к достижению высоких результатов	Наблюдение	Не уверен в себе, выраженные сомнения конечном результате.	Недостаточная уверенность в собственных силах, вне всегда способен показать хороший результат.	В значительной проявляет уверенность в себе.Выбор сложных заданий и желание их выполнить, стремление довести начатое до конца.
-умение взаимодействовать в коллективе	Наблюдение Творческое задание	Неумение и нежелание находить общий язык с товарищами.	Самостоятельно активности в достижении компромисса не проявляет не соглашается предложенными вариантами	Умение оказывает поддержку членам команды. не идти на компромисс.

- умение применять полученные навыки в соревновательной деятельности	Наблюдение творческое задание Показательные выступления	Неуверенно держится перед соперником, боится участия в соревнованиях.	Уверенно держится перед соперником, но не всегда справляется с предстартовой лихорадкой/ апатией	Уверенно держится перед соперником,
- потребность в саморазвитии и самосовершенствовании	Наблюдение	Нет стремления к поиску дополнительной информации, проявление безразличия на занятиях	Переменное проявление интереса к занятиям, поиск дополнительной информации редко, вовлеченность в образовательный процесс недостаточная	Самостоятельный поиск дополнительной информации, проявление интереса к занятиям, активное вовлечение в образовательный процесс
- уважение к партнеру, самодисциплина	Наблюдение	Проявление неуважения, нарушение дисциплины.	Уважение к некоторым партнерам, слабая самодисциплина	Уважение самоконтроль.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- потребность в саморазвитии и самосовершенствовании	Наблюдение	Нет стремления к поиску дополнительной информации, проявление	Переменное проявление интереса к занятиям, поиск дополнительной информации редко,	Самостоятельный поиск дополнительной информации, проявлен
--	------------	---	---	---

		безразличия на занятиях	вовлеченность в образовательный процесс недостаточная	ие инт
- уважение к партнёру, самодисциплина	Наблюдение	Проявление неуважения, нарушение дисциплины.	Уважение к некоторым партнерам, слабая самодисциплина	Ува сам оль

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ:

Высокий уровень – правильные ответы 81-100 % вопросов; Средний уровень – правильные ответы на 51-80 % вопросов; Низкий уровень – правильные ответы менее, чем на 50 % вопросов.

Теоретический тест. Футбол.

1. Когда и в какой стране впервые были разработаны правила футбола? (В 1863 г., в Англии.)
2. Сколько человек входит в состав судейской бригады, обслуживающей футбольный матч? (Три человека – судья и два судьи на линии.)
3. Какова окружность футбольного мяча? (68 – 71 см.)
4. Где должны располагаться футболисты соревнующихся команд при начальном ударе? (Только на своей половине поля.)
5. Каков радиус центрального круга футбольного поля? (9 м.)
6. Каков радиус дуги, образующей угловой сектор? (1 м.)
7. Засчитывается ли мяч, забитый в ворота непосредственно с углового удара? (Да.)
8. Что означает желтая и красная карточки, показанные судьей футболисту? (Желтая – предупреждение, красная – удаление.)
9. Имеет ли право игрок, производящий начальный удар, коснуться мяча дважды подряд? (Нет.)
10. В чем отличие штрафного удара от свободного? (При штрафном ударе мяч, непосредственно забитый в ворота, засчитывается, а при свободном не засчитывается.)
11. Каково решение судьи, если игрок неправильно вбросит мяч из-за боковой линии? (Повторить вбрасывание с того же места игроком команды соперников.)
12. Должен ли судья остановить игру, если в ходе игры мяч отскочит в поле от древка углового флага? (Нет.)
13. В какую сторону футболист должен направить мяч при начальном ударе? (В сторону поля соперников.)
14. Каково решение судьи, если мяч в ходе игры пришел в негодность? (Мяч заменяется, а игра возобновляется «спорным мячом» в том месте, где «вышел из строя» прежний мяч.)

15. Какое наказание получает футболист, умышленно нарушающий правила 9м при выполнении штрафных и свободных ударов? (Предупреждение, а при повторном нарушении – удаление с поля.)
16. Засчитывается ли мяч, забитый непосредственно с удара от ворот? (Нет.)
17. Что означает поднятая вверх рука судьи? (Свободный удар.)
18. Что означает жест судьи: обе руки подняты вверх, пальцы сжаты кулаки? (Время всей игры или её половины истекло.)
19. Какое решение принимает судья, если вратарь, держа мяч в руках, сделает в своей штрафной площади более 4 шагов? (Назначается свободный удар, который производится игроком команды соперников с места нарушения.)
20. Какое решение принимает судья, если игрок, выполняющий удар от ворот, передаст мяч в руки своему вратарю? (Повторяется удар от ворот.)
21. Какое решение принимает судья, если любой игрок, кроме вратаря, сыграет в своей штрафной площади рукой? (Назначается 11-метровый удар.)
22. Засчитывается ли гол, если игрок, выполняя 11-метровый удар, попадает мячом в стойку (при этом мяч не касается вратаря) и повторным ударом забивает мяч в ворота? (Нет.)
- Какое решение принимает судья в этом случае? (Назначается штрафной удар в сторону команды, пробившей 11-метровый)
23. Должен ли судья остановить игру, если мяч попадет в него и вновь отскакивает в поле (Нет.)
24. Засчитывается ли мяч, брошенный в ворота непосредственно из-за боковой линии? (Нет.)
25. Какое решение принимает судья, если мяч брошен из-за боковой линии: а) в ворота соперников; б) в свои ворота? (а) удар от ворот; (б) назначается угловой удар.
26. Какое решение принимает судья, если игрок, выполняющий начальный удар, направляет мяч назад, т.е. в сторону своих ворот? (Начальный удар повторяется.)
27. Кто из выдающихся спортсменов был капитаном сборной команды СССР по футболу и капитаном сборной команды СССР по хоккею? (Заслуженный мастер спорта В.М.Бобров.)
28. В каких городах состоялись предварительные и финальные игры футбольного турнира XXII Олимпийских игр? (Предварительные – в Москве, Киеве, Ленинграде, Минске; финальные – в Москве.)
29. Когда и на каких Олимпийских играх советские футболисты завоевывали звание чемпионов? (В 1956г., на XVI Олимпийских играх в Мельбурне.)
30. Кто автор известного футбольного марша? (Композитор М.Блантер.)
31. В каком году впервые стали проводиться розыгрыши Кубка СССР по футболу и кто стал его первым обладателем? (В 1936г.; команда «Локомотив», Москва.)
32. В каком году впервые стали проводиться чемпионаты страны по футболу среди клубных команд? Кто стал первым чемпионом? (В 1936г., «Динамо», Москва.)
33. В каком году и где состоялся I чемпионат мира по футболу среди юниоров? (В 1977г., в Тунисе.)
34. Какая команда стала победителем I чемпионата мира среди юниоров? (Сборная СССР.)
35. В каком году и где состоялся II чемпионат мира по футболу среди юниоров? (В 1979г., в Японии.)
36. Какая команда стала победителем II чемпионата мира среди юниоров? (Сборная Аргентины.)
37. Кто из советских футболистов был удостоен награды лучшему футболисту Европы «Золотой мяч»? (Лев Яшин и Олег Блохи)