

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА
АДМИНИСТРАЦИИ РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«МЕЖШКОЛЬНЫЙ УЧЕБНО-ПРОИЗВОДСТВЕННЫЙ КОМБИНАТ
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.М.ДАНИЛИНА»
РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО

Педагогическим советом
МБОУ ДО «МУПК
им.А.М.Данилина»
Протокол № 4
от «09» апреля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДО «МУПК
им.А.М.Данилина»



Тишина Н.И.

10 апреля 2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЮНЫЙ ФУТБОЛИСТ»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Срок реализации программы: 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень: стартовый (срок реализации 1 год)
Возраст обучающихся: 7-11 лет
Составитель: Цвык Анатолий Иванович
Должность: педагог дополнительного образования

пгт. Раздольное,
2025 год

Содержание:

| | |
|--|----|
| Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы | • |
| 1.1. Пояснительная записка..... | 3 |
| 1.2. Цель и задачи программы | 9 |
| 1.3. Воспитательный потенциал программы..... | 10 |
| 1.4. Содержание программы | 11 |
| 1.5. Планируемые результаты..... | 16 |
| Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий..... | 17 |
| 2.1. Календарный учебный график..... | 17 |
| 2.2. Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы..... | 19 |
| 2.3. Формы аттестации | 21 |
| 2.4. Список литературы..... | 22 |
| 3. Приложения | 23 |
| 3.1. Оценочные материалы..... | 23 |
| 3.2. Методические материалы | 25 |
| 3.3. Календарно-тематическое планирование..... | 30 |
| 3.4. Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный футболист»..... | 29 |
| 3.5. Воспитательный план..... | 30 |

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время основой разработки дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ является следующая нормативно-правовая база:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
2. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
3. Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
4. Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);
5. Указ Президента Российской Федерации от 9.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
6. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 17.08.2024 г. № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года»;
9. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

10. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

12. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

13. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

14. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);

15. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

16. Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

17. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;

18. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества

дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;

19. Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

20. Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

21. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

22. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

23. Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Межшкольного учебно-производственного комбината имени Героя Советского Союза А.М. Данилина» Раздольненского района Республики Крым (далее – МБОУ ДО «МУПК им. А. М. Данилина»);

24. Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования «Межшкольный учебно-производственный комбинат имени Героя Советского Союза А.М. Данилина» Раздольненского района Республики Крым.

Направленность программы - физкультурно-спортивная направленность. Программа дополнительного образования направлена на физическое развитие, укрепление здоровья, воспитание морально-волевых качеств и формирование навыков здорового образа жизни.

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивирование уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством клубной деятельности по интересам.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

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

Отличительные особенности программы: программа мало отличается от других, но все, же основное отличие в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме того, в нее включен достаточно значительный блок теоретических знаний (в т.ч. судейская практика) из области футбола. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся к данному виду спорта.

Адресат Программы: принимаются на занятия все желающие мальчики в возрасте от 7 до 11 лет, имеющие допуск врача. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Возрастные особенности данного возраста:

Развитие двигательных качеств. В этот период наблюдаются высокие темпы развития ловкости движений и гибкости.

Выносливость. Дети младшего возраста отличаются незначительной выносливостью.

Обучение технике футбола. В этот период объяснение и рассказ не приводят к серьёзным сдвигам в обучении технике футбола, знакомство с

механизмами ударных действий и разными по форме действиями с мячом происходит практически спонтанно.

Освоение технических приёмов. К 11 годам естественное развитие двигательной чувствительности практически завершается, и в дальнейшем её изменение зависит в основном только от тренировки. Юные футболисты в этом возрасте готовы осваивать практически любые по сложности технические приёмы.

Объем Программы стартового уровня рассчитан на 1 учебный год, 144 часа в год. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения Программы, составляет 144 часа.

Срок реализации: составляет 144 учебных часа, определяется содержанием Программы - количество недель 36: первое полугодие 16 недель, второе полугодие 20 недель, 1 год.

Уровень программы – стартовый.

Формы обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса. Организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебным планом. Состав группы постоянный; занятия групповые, виды занятий определяются содержанием Программы и могут предусматривать лекции, практические занятия, мастер-классы, ролевые игры, выполнение самостоятельной работы, соревнования, чемпионаты, конкурсы и другие виды учебных занятий и учебных работ.

Набор в группы проводится посредством подачи заявки в АИС «Навигатор ДО РК» с последующим предоставлением заявления родителем (законным представителем) и согласия на обработку персональных данных в письменном виде.

Режим занятий соответствует Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.3/2.4.3590-20. Занятия проводятся в спортивном зале и на футбольном поле. Форма одежды спортивная. В ходе занятия периодически осуществляется текущее обследование занимающихся для контроля и оценки их функционального состояния.

Занятий строится по каждому уровню освоения программы. Так же на каждом уровне реализации программы (модуле) возможно уменьшение либо увеличение количества учебных часов, в зависимости от особенностей организации учебного процесса конкретного детского объединения. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, с перерывом 15 минут после каждого часа, 1 академический час - 45 минут

1.2. Цель и задачи программы

Общей целью программы Достижение обучающимися высоких спортивных результатов по виду спорта «футбол» на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;

- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности; - воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим; - приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа осуществляется по следующим **направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:**

- 1) Гражданско-патриотическое
- 2) Нравственное и духовное воспитание
- 3) Воспитание положительного отношения к труду и творчеству
- 4) Интеллектуальное воспитание
- 5) Здоровьесберегающее воспитание
- 6) Социокультурное и медиакультурное воспитание
- 7) Правовое воспитание и культура безопасности
- 8) Воспитание семейных ценностей
- 9) Формирование коммуникативной культуры
- 10) Экологическое воспитание

Цель: создание благоприятной среды для повышения личностного роста учащихся, их развития и самореализации.

Задачи:

- формировать гражданскую и социальную позицию личности, патриотизм и национальное самосознание учащихся;
- развивать творческий потенциал и лидерские качества учащихся;
- создавать необходимые условия для сохранения, укрепления и развития духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического здоровья учащихся.

Ожидаемые результаты:

- вовлечение большого числа учащихся в досуговую деятельность и повышение уровня сплоченности коллектива;

- улучшение психического и физического здоровья учащихся; - сокращение детского и подросткового травматизма; - развитие разносторонних интересов и увлечений детей.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к творческим занятиям и уровня личностных достижений учащихся (победы в конкурсах), привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы, учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в мероприятиях поселка, учреждения, объединения: благотворительных акциях, чемпионатах, соревнованиях, лекциях, беседах и т.д.; в конкурсных программах различного уровня, направленных на развитие футбола (по отдельному плану).

Формы проведения воспитательных мероприятий: беседа, игра, викторина, интеллектуальный аукцион, «Брейн-ринг», вахта памяти, соревнования, чемпионаты.

Воспитательные мероприятия по количеству участников (фронтальные, групповые, парные, индивидуальные);

Воспитательные мероприятия по содержанию воспитания (социальные, интеллектуальные, спортивные, валеологические, трудовые, социально-педагогической поддержки, досуговые).

Методы воспитательного воздействия: словесные, практические и др. План воспитательной работы указан в приложении 3.5.

1.4. Содержание программы

Учебный план

| № п/п | Наименование тем и разделов | Теоретические Занятия | Практические занятия | Всего часов | Формы аттестации/контроля |
|-------|--|-----------------------|----------------------|-------------|---------------------------|
| 1. | Введение. Физическая культура и спорт. История футбола. Инструктаж по технике безопасности | 2 | - | 2 | Беседа |

| | | | | | |
|--------------|-------------------------------------|-----------|------------|------------|--|
| 2 | Теоретическая подготовка | 4 | - | 4 | Беседа |
| 3 | Общая физическая подготовка | 2 | 4 | 6 | сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями |
| 4 | Специальная физическая подготовка | 2 | 16 | 18 | сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями |
| 5 | Техническая подготовка | 6 | 20 | 26 | сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями |
| 6 | Тактическая подготовка | 6 | 20 | 26 | сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями |
| 7 | Игровая подготовка | 4 | 20 | 24 | сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями |
| 8 | Контрольные и календарные игры | - | 20 | 20 | Соревнование-игра |
| 9 | Восстановительные мероприятия | 2 | - | 2 | Фронтальный опрос |
| 10 | Инструкторская и судейская практика | 2 | 6 | 8 | Соревнование-игра |
| 11 | Контрольные испытания | - | 6 | 6 | сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями |
| 12 | Итоговое занятие | - | 2 | 2 | Беседа |
| ИТОГО | | 30 | 114 | 144 | |

Содержание

1. Введение. Физическая культура и спорт. История футбола. Инструктаж по технике безопасности (2 часа).

Теория. Знакомство с программой. Особенности обучения. Цель и задачи программы. Знакомство с учебным планом обучения. Основные формы работы. Знакомство детей друг с другом. Правила техники безопасности в зале. Организация рабочего места. Знакомство с оборудованием. История развития футбола. Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе
Форма аттестации/контроля: беседа по выявлению уровня знаний, умений и навыков в области физкультуры и спорта (Приложение 3.2).

2. Теоретическая подготовка (2 часа)

Теория: Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по футболу.

Международные связи Российских спортсменов. Олимпийские игры. Российские спортсмены на Олимпийских играх. Развитие футбола в России и за рубежом. Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: Чемпионаты и Кубки России. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие Российские команды, тренеры, игроки.

Форма аттестации/контроля: беседа по выявлению уровня знаний, умений и навыков в области физкультуры и спорта (Приложение 3.2).

3. Общая физическая подготовка (ОФП) (6 часов)

Теория: Значение ОФП – важного фактора укрепления здоровья и повышения функциональных способностей организма. Краткая характеристика средств и методов ОФП. Утренняя зарядка, разминка перед тренировкой и игрой.

Практика: Упражнения для развития силы:

Силы мышц рук

Силы мышц ног

Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)

Развитие силовой выносливости

Упражнения для развития быстроты: ОРУ для развития быстроты

Упражнения для разгибателей туловища Упражнения для разгибателей ног

Упражнения общего воздействия Упражнения для развития гибкости:

Гибкости плечевого сустава Гибкости спины

Гибкости ног (тазобедренный, коленный, голеностопный суставы)

Упражнения для развития ловкости:

Главным условием развития ловкости является приобретение большого запаса двигательных навыков и умений.

Форма аттестации/контроля: сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями. (Приложение 3.2).

4. Специальная физическая подготовка (СФП) (18 часов)

Теория: специальная физическая СФП подготовка. Краткая характеристика средств и методов СФП. Утренняя зарядка, разминка перед тренировкой и игрой.

Практика: Упражнения для развития быстроты;

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств; Упражнения для вратарей;

Упражнения для развития специальной выносливости; Упражнения для развития ловкости;

Форма аттестации/контроля: сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями. (Приложение 3.2).

5. Техническая подготовка (26 часов)

Теория: Понятия спортивной техники. Классификация и терминология технических приёмов. Техника владения мячом основы спортивного мастерства футболиста

Практика: Техника передвижений; Удары по мячу ногой;

Удары по мячу головой; Остановка мяча;

Ведение мяча;

Обманные движения (финты); Отбор мяча;

Вбрасывание мяча из-за боковой линии; Техника игры вратаря;

Форма аттестации/контроля: сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями. (Приложение 3.2).

6. Тактическая подготовка (26 часов)

Теория: Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих).

Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении (атакующие комбинации флангом и центром). Тактика игры в защите (зонная, персональная опека, комбинированная оборона).

Практика: 1. Тактика нападения:

Индивидуальные действия без мяча;

Индивидуальные действия с мячом; Групповые действия; 2.

Тактика защиты:

Индивидуальные действия;

Групповые действия;

Тактика вратаря;

Ведение учебных игр по избранной тактической системе.

Форма аттестации/контроля: сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями. (Приложение 3.2).

7. Игровая подготовка (24 часа)

Теория: Мышечная деятельность. Тренировка как процесс формирования двигательных навыков. Утомление и причины. Нагрузка и отдых.

Восстановление физиологических функций.

Практика: ведение мяча, игра в парах, игра в команде

Форма аттестации/контроля: сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями. (Приложение 3.2).

8. Контрольные и календарные игры (20 часа)

Практика: Роль и значение планирования как основы управления процессом тренировки. Периодизация тренировочного процесса. Сроки, задачи и средства тренировочных этапов и периодов. Дневник спортсмена. Соревнования, игры, чемпионаты

Форма аттестации/контроля: соревнование-игра (Приложение 3.2).

9. Восстановительные мероприятия (2 часа)

Теория: Понятие о врачебном контроле. Понятие о ЗОЖ. Понятие о тренированности, утомлении и перетренированности. Режим спортсмена. Роль режима для спортсмена. Режим учебы, отдыха, питания, тренировки, сна, работы. Примерный распорядок дня. Показания и противопоказания для занятий. Профилактика перетренированности. Самоконтроль как важное средство

Практика: Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики. Страховка и самостраховка.

Форма аттестации/контроля: Фронтальный опрос

10. Инструкторская и судейская практика (8 часов)

Теория: Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана. Обязанности судей, способы судейства. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная.

Положение о соревнованиях. Заявки, их форма и оформление, представление заявок. Назначение судей.

Практика: соревнования, игры, чемпионаты

Форма аттестации/контроля: соревнование-игра (Приложение 3.2).

11. Контрольные испытания (6 часов)

Практика: ОФП. Бег 30 метров. Бег 300 метров. Прыжки в длину. СФП. Бег 30 метров с ведением мяча. Вбрасывание мяча на дальность. Удары по мячу на точность (число точных ударов из 10.). Жонглирование мячом. (количество раз). Челночный бег (10х10) Бег 30 метров, с ведением мяча

Форма аттестации/контроля: сдача контрольных нормативов в соответствии с требованиями. (Приложение 3.2).

12. Итоговые занятия. Промежуточная и итоговая аттестация (2 часа). *Практика.* Выполнение итоговой работы в материале. (2 часа).

Форма аттестации/контроля: беседа по выявлению уровня знаний, умений и навыков в области физкультуры и спорта по итогам полугодия (Приложение 3.2) и учебного года (Приложение 3.2).

1.5. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты:

- достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности у 100% воспитанников, занимающихся по данной программе;
- победы на соревнованиях районного и республиканского уровней;
- повышение уровня технической и тактической подготовки в данном виде спорта до уровня I спортивного разряда;
- устойчивое овладение умениями и навыками игры;
- развитие у воспитанников потребности в продолжение занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции, после окончания Комбината;
- укрепление здоровья воспитанников, повышение функционального состояния всех систем организма;
- умение контролировать психическое состояние.
- историю развития футбола и воздействие этого вида спорта на организм человека;
- правила техники безопасности при занятиях данным виде спорта; - правила игры. Обучающийся будет:

Будут знать: работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека; Основные правила игры в футбол.

Какие бывают нарушения правил. Жесты судей;
гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями; способы подсчета пульса.

Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Будут уметь: выполнять передачу партнеру. Передачу мяча сбоку; выполнять приемы обыгрывания защитника:



Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема. Удары по мячу головой, жонглирование мячом.

Перехват. Накрывание; применять в игре командное нападение. Взаимодействовать, а так же применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре.

Использовать: приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.

Учащиеся будут уметь демонстрировать удары поворотом с расстояния 11 м.;

- удары со средних и дальних дистанций;
- удары по воротам после ведения;
- передачи мяча в парах

;  передачи мяча в движении;  обводка стоек;

- штрафной удар.

Личностные результаты:

- активного включения во взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- учебно-познавательного интереса к футболу;
- развитие интереса и практической деятельности, желание заниматься спортом;
- мотивация к обучению и целенаправленной деятельности;
- трудолюбие, бережное и ответственное отношение к результатам своей работы, к рабочему инвентарю, материалам, оборудованию.

Метапредметные результаты:

Познавательные:

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- овладеть умением организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- характеризовать основные физические качества;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать технические признаки в движениях и передвижениях спортсмена.

Коммуникативные:

- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- уметь слушать и понимать других;
- уметь строить речевое высказывание в соответствии с поставленными задачами;
- уметь договариваться в группах;
- контролировать действия партнера;
- участвовать в работе группы, распределять роли, договариваться друг с другом. Предвидеть последствия коллективных решений.

Регулятивные:

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией педагога;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.
- уметь оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей.

Предметные результаты:

Программа предусматривает формирование у обучающихся знаний, умений и навыков, ключевых компетенций.

1. Обучающиеся должны знать:

- правила безопасного поведения на занятиях футболом;
- основы режима труда и отдыха, гигиена спортсмена;
- правила выполнения передвижений и нанесения прямых ударов и контрударов;
- смысл спортивной терминологии в боксе по разделам программы;
- основы техники и тактики футбола.

2. Обучающиеся должны уметь:

- контролировать в процессе занятий свое телоположение (осанку);
- знать азы футбола: позиция рук, ног;
- учиться прослеживать личные достижения;
- использовать современный спортивный инвентарь и оборудование.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Программа рассчитана на 144 учебных часа, 36 недель, I полугодие – 16 недель, II полугодие – 20 недель. Начало занятий – сентябрь 2025 г., окончание занятий по программе – май 2026г.

| Начало учебного года | Окончание учебного года | Периодичность занятий | Количество часов в неделю | Количество часов в месяц | Количество часов в год |
|----------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------------|------------------------|
| сентябрь | май | 2 раза в неделю | 4 | 16 | 144 |

Календарно-учебный график «Юный футболист» на 2025-2026 учебный год

Ознакомительный(стартовый) уровень, 1 год обучения

Начало учебного года: 01.09.2025г.; Окончание учебного года: 31.05.2026г.

Количество часов в неделю: 4; Количество недель: 36 Количество часов в год: 144 ч.

Учебные занятия проводятся согласно расписанию, включая каникулы. Зимние каникулы – с 01 января по 08 января – занятия не проводятся.

| | <i>1 полугодие</i> | | | | | | | | | | | | | | | | <i>2 полугодие</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|--------------------|---|----------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------------|------------|----|----|----|
| <i>месяц</i> | <i>сентябрь</i> | | | | <i>октябрь</i> | | | | <i>ноябрь</i> | | | | <i>декабрь</i> | | | | <i>январь</i> | | | | <i>февраль</i> | | | | <i>март</i> | | | | <i>апрель</i> | | | | <i>май</i> | | | |
| <i>Кол-во учебных недель</i> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 | 34 | 35 | 36 |
| <i>Кол-ва часов в неделю</i> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <i>Вол-во часов в месяц</i> | 16 | | | | 16 | | | | 16 | | | | 16 | | | | 16 | | | | 16 | | | | 16 | | | | 16 | | | | | | | |
| <i>Аттестация/формы контроля</i> | | | <i>Входная диагностика</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Промежуточный контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Промежуточный контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Промежуточный контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Промежуточный контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Промежуточный контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Промежуточный контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Текущий контроль</i> | <i>Промежуточный контроль</i> | | | | |
| Объем учебной нагрузки на учебный год 144 часов на одну группу | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

2.2. Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы

Материально-техническое обеспечение: просторный светлый кабинет, оборудованный всем необходимым для занятий: два больших стола, стулья, аудиторная доска, шкафы для хранения дидактических материалов и инструментов, стенды для выставки образцовых работ. Размещение учебного оборудования соответствует требованиям и нормам СанПиН 2.4.3648-20, правилам техники безопасности и пожарной безопасности.

- Спортивная площадка для игры в мини-футбол 20x40 с естественным покрытием;
- Спортивный зал 24x12м;
- Типовое футбольное поле с естественным покрытием;
- Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная)
- Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);
- Комплект футбольных мячей (на команду);
- Переносные футбольные ворота;
- Воротные сетки;
- Набивные мячи;
- Скакалки;
- Штанга с разновесами;
- Компрессор для накачки мячей;
- Стойки и «пирамиды» для обводки;
- Гимнастические маты;
- Арки для отработки точности передач;
- Видеоматериалы о технических приёмах в футболе;
- Спортивно-оздоровительный лагерь;
- Правила соревнований по футболу.

Информационное обеспечение. использование различных технологий и методов для сбора, электронные образовательные ресурсы (аудио, видео), анализа и распространения информации, которая помогает тренерам, игрокам и другим участникам процесса принятия решений. Данные о физической форме игроков, их технико-тактических действиях, а также информация о командах-соперниках.

• **Кадровый ресурс:** Разработка и реализация дополнительной общеобразовательной программы осуществляется педагогом дополнительного

образования, что закрепляется профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Методическое обеспечение программы:

С целью эффективности реализации программы в целом целесообразно использовать такие методы и технологии:

Методы и приемы:

Методы формирования сознания учащегося:

- рассказ;
- - показ;
- - объяснение;
- - разъяснение;
- - тренировка.

Методы формирования деятельности и поведения учащегося:

- самостоятельная работа;
- - работа в парах;
- - работа в команде.

Методы стимулирования познания и деятельности:

- поощрение (устное одобрение, грамоты и дипломы победителям и призерам соревнований);
- - контроль;
- оценка;
- самооценка.

Использование широкого спектра современных **педагогических технологий** дает возможность продуктивно использовать время и добиваться высоких результатов обученности учащихся.

Технология дифференцированного физкультурного образования:

- а) обучение двигательным действиям; б) развитие физических качеств;
в) формирование знаний и методических умений школьников по организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Исследовательские методы в обучении - дает возможность обучающимся самостоятельно пополнять свои знания, глубоко вникать в изучаемую проблему и предполагать пути ее решения, что важно при формировании мировоззрения. Это важно для определения индивидуальной траектории развития каждого школьника.

Информационно-коммуникационные технологии - изменение и неограниченное обогащение содержания образования, использование интегрированных курсов, доступ в интернет.

Здоровьесберегающие технологии;

Технология оценивания образовательных достижений

Информационное обеспечение

Во время занятий и информационно-просветительских мероприятий используются обучающие видеофильмы и видеоролики, мастер-классы; дидактические материалы: учебные пособия, интернет-ресурсы и т.п.

Информационное обеспечение

1. [Электронный ресурс] // Государственные информационные ресурсы - Официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации : [сайт]. — URL: <https://edu.gov.ru/> (Дата обращения: 01.08.2025 г.)
- [Электронный ресурс] // Официальный сайт Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым: [сайт]. — URL: <https://monm.rk.gov.ru/ru/index> (Дата обращения: 01.08.2025 г.)
- [Электронный ресурс] // Официальный сайт ГБОУ ДО РК «ДДЮТ» [сайт]. — URL: <http://ddyt.ru/> (Дата обращения: 01.08.2023 г.)
2. [Электронный ресурс] // Информационно-коммуникационные педагогические платформы: - «Сферум» [сайт]. — URL: <https://sferum.ru/?p=start> (Дата обращения: 01.08.2023 г.)
- [Электронный ресурс] // Навигатор дополнительного образования Республики Крым [сайт]. — URL: <https://xn--82-kmc.xn--80aafeylamqq.xn--d1acj3b/> (Дата обращения: 01.08.2023 г.)

2.3. Формы аттестации

| Вид контроля | Цель контроля | Методы и формы | Сроки проведения | Отслеживание результатов |
|---------------------------------------|--|-------------------------------------|------------------|---|
| Предварительный (Входящая аттестация) | Определить уровень физической подготовки обучающихся | Выполнение контрольных норм. тестов | Сентябрь | Согласно подготовленности обучающегося спланировать учебный и индивидуальный план |
| Текущий (текущая аттестация) | По результатам скорректировать программу | Выполнение контрольных норм. тестов | Январь | Внести изменения, добавления |
| Итоговый (промежуточная аттестация) | Определить результат учебной деятельности | Выполнение контрольных нормативов | Июнь | Внести корректировку в УП по итогам диагностирования обучающихся |

2.4. Список литературы

Литература для педагога дополнительного образования:

1. Акимов, А.М. Игра футбольного вратаря/ А.М. Акимов. – М.: ФиС, 1978, 200 с *
2. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детскоюношеских спортивных школ: Минск, 2019.
3. Буйлин, Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов / Ю.Ф. Буйлин; сост., авт. вступит.ст. и прим. Ю.Ф. Курамшин. – М.: ФиС, 1985, 350 с. *
4. Бриль, М.С. Отбор в спортивных играх/ М.С. Бриль. – М.: ФиС, 1980, 203 с. *
5. Гагаева, Г.М. Психология футбола/ Г.М. Гагаева. – М.: ФиС, 1979, 153 с. *
6. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов/ К. Гриндлер. – М.: ФиС, 1976, 153 с. *
7. Гриндлер, К. и др. Физическая подготовка футболистов/ К. Гриндлер. – М.: ФиС, 1976, 86 с. *
8. Лаптев, А.П. Юный футболист/ А.П. Лаптев.- М.: ФиС, 1983 *
9. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
10. Рогальский, Н., Дегель Э. Футбол для юношей/ Н. Рогальский; сост.,авт. вступит. ст. и прим. Э.Дегель. – М.: ФиС, 1981. *
11. Годик, М.А Программа РФС 6-9 лет/ М.А. Годик. – М.: ФиС, 2012 *
12. ФНК Футбол на Куличках / Текст : электронный// Футбол на Куличках: [сайт]. – 1997- 2025 - URL www.football.kulichki.net (дата обращения: 11.08.2025)
13. Футбол @ Soccer.ru © 2000-2025 - URL www.soccer.ru дата обращения: 11.08.2025).

Литература для обучающихся:

1. Чанади, А. Футбол. Стратегия/ А. Чанади. – М.: ФиС, 1881. *
2. Филин, В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов/ В.П. Филин. – М., 1974. *
3. Голомазов, С. В., Чирва П. Г. Теория и практика футбол/ С.В. Голомазов; сост.,авт. вступит. ст. и прим. П.Г. Чирва. – М.:2008 г. *
4. Антипов, А., Губов В. Диагностика и тренировка двигательных способностей/ А.Антипов; сост.,авт. вступит. ст. и прим. В.Губов. – М.:2008 г. *
5. Голомазов, С. В., Чирва П. Г. Методика тренировки техники игры

головой/С.В. Голомазов; сост.,авт. вступит. ст. и прим. П.Г. Чирва.- М2006 г. *

Литература для родителей:

1. Андреев, С. Н. Мини – футбол / С.Н. Андреев // М. «Физкультура и спорт».- 1978 г. 111 с. с ил. *
2. Сучилин, А. А. Футбол во дворе. М.Физкультура и спорт», 1978 г. *
3. Цирин, Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол /Б.Я. Цирин и Ю.С. Лукашин // Физкультура и спорт. - 1982, 2-ое исправленное и дополненное издание, - 207 с., ил. – (Азбука спорта).*

*Указанная литература позднее не переиздавалась

3. Приложения

3.1. Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Промежуточный контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по итогам изучения раздела, темы или в конце определенного периода обучения/учебного года

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

Формы фиксации результатов

- Журнал учета поведения занятий;
- Видеозаписи и фотографии участия в соревнованиях; и другие, разработанные в учреждении.

КОНТРОЛЬНО - ПЕРЕВОДНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОФП, СФП, ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ УЧАЩИХСЯ ОТДЕЛЕНИЯ ФУТБОЛА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ГРУППЫ

Нормативы разработаны с учетом возраста обучающегося (7-11 лет)

ОФП:

1. бег 30 м (сек.)
2. бег 300 м (сек.)
3. прыжки в длину (см)

СФП:

4. бег 30м с ведением мяча (сек.)
5. вбрасывание мяча на дальность (м)

Техническая подготовка:

6. удары по мячу на точность (число точных ударов из 10)
7. жонглирование мячом (кол-во раз)

Задача научить двигательным действиям и оценить двигательные навыки (стартовая подготовленность для перевода в группы начальной подготовки).

ГРУППЫ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ (7-11 лет)

| Упражнения | НП-1 (возраст 5 лет) | | | НП-2 (возраст 10 лет) | | |
|--|----------------------|------|------|-----------------------|------|------|
| | «5» | «4» | «3» | «5» | «4» | «3» |
| ОФП: | | | | | | |
| 1. бег 30м (сек.) | 5,7 | 6,3 | 6,7 | 5,3 | 6,0 | 6,3 |
| 2. бег 300м(сек.) | 65,0 | 70,0 | 75,0 | 60,0 | 65,0 | 70,0 |
| 3. прыжки в длину с места (см.) | 165 | 160 | 155 | 160 | 155 | 140 |
| СФП: | | | | | | |
| 4. бег 30м с ведением мяча (сек.) | 7,0 | 7,5 | 8,5 | 6,4 | 7,0 | 8,0 |
| 5. Вбрасывание мяча на дальность (м.) | 10 | 9 | 8 | 13 | 11 | 9 |
| Техническая подготовка: | | | | | | |
| 6. Удары по мячу на точность(число показаний из 10 ударов) | 4 | 3 | 2 | 6 | 4 | 3 |
| 7. жонглирование мячом (кол-во раз) | 5 | 3 | 2 | 8 | 6 | 4 |

Для перевода в следующую группу учащиеся должны выполнить строго определённое число нормативов и набрать определённую суммы баллов.

Таблица результатов по бальной системе

| Возраст (лет) | Количество упражнений | Сумма баллов |
|---------------|-----------------------|--------------|
| 7-11 | 7 | 21 |

Тестирование по учебным контрольным нормативам проводится в форме соревнований два раза в год в сентябре-октябре, апреле-мае каждого учебного года (весеннее, осеннее тестирование).

3.2. Методические материалы

План-конспект учебно-тренировочного занятия по футболу Тема: Техника перемещения. Вбрасывание мяча. Техника игры вратаря.

Задачи:

1. Обучение ударным действиям. Повторить технику вбрасывания, остановок и передач мяча внутренней стороной стопы на месте.
2. Воспитание общей быстроты и скоростно-силовых качеств.
3. Формирование индивидуальной технико-тактической подготовки.

Инвентарь: мячи футбольные, свисток, стойки.

Место проведения: спортивный зал.

Организационные моменты:

Проверить состояния места занятий

Проверить готовность учащихся к занятиям

Ход учебно-тренировочного занятия

| Части занятия | Содержание | Дозировка | Организационно-методические указания |
|---------------|---|---------------|---|
| | Вводная часть | 5 мин | |
| | Объяснение задач занятия | 5 мин | |
| I | Подготовительная часть | 20 мин | |
| | Комплекс общеразвивающих упражнений без мяча и с мячом | 20 мин | В парах (1 мяч на 2 игрока, расстояние между партнёрами 15 м) |
| II | Основная часть | 55 мин | |
| | Принять положения защитной стойки. По звуковому сигналу приподняться на носках, а | 5 мин | Быть внимательным |

| | | | |
|------------|---|---------------|--|
| | затем вернуться в исходное положение. | | |
| | Принять положения защитной стойки, выполнять ходьбу вперед-назад, вправо-влево, а затем бег в медленном темпе | 5 мин | |
| | Упражнения в парах. Встав лицом друг к другу в положении защитной стойки, игроки по сигналу передвигаются по площадке в таком положении, активно работая руками и стремясь осалить партнера рукой в голень. | 5 мин | |
| | Ловля высоколетящего мяча в прыжке. | 5 мин | |
| | Ловля мяча, летящего на уровне груди | 5 мин | На грудь мяч ловить не рекомендуется |
| | Отбивание мяча | 10 мин | Отбивать мяч желательнее обоими кулаками |
| | Передача мяча в движении (вперед-назад) | 10 мин | В парах (внешним, внутренним, прямым подьемом) |
| | Удары по воротам | 10 раз | Треугольник Игрок №1 передает мяч игроку №2 и бежит на его место. Игрок №2 передает мяч игроку №3 и бежит на его место. Игрок №3 бьет по воротам и бежит на место игрока. |
| III | Заключительная часть | 15 мин | |
| | Медленный бег в чередовании с ходьбой, упражнения на дыхание и внимание. | 3 мин | 50-100 м |
| | Подведение итогов | 2 мин | |
| | Рефлексия | 10 мин | |

План-конспект спортивного мероприятия «День Здоровья»

ЦЕЛЬ МЕРОПРИЯТИЯ:

Формирование у учащихся основ здорового образа жизни, использование упражнений соревновательного характера, как средство укрепления здоровья и развития творческой самостоятельности.

ЗАДАЧИ:

1. Укрепление устойчивого интереса к системным занятиям учащихся физкультурой и спортом.
2. Совершенствование двигательных качеств учащихся с помощью спортивных упражнений соревновательного характера.
3. Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, формам активного отдыха и досуга.
4. Воспитание чувства коллективизма, взаимоподдержки и товарищества в спортивной соревновательной борьбе.

Ведущая деятельность, осваиваемая на мероприятии: познавательная, коммуникативная, игровая, соревновательная.

Формы организации деятельности учащихся: коллективная, индивидуальная.

Используемые образовательные технологии:

- Здоровьесберегающая технология.
- Игровая технология.
- Групповая технология.
- Технология уровневой дифференциации.

Планируемые результаты:

1. уметь активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
2. уметь использовать двигательный опыт в соревновательной деятельности, организации отдыха и досуга, соблюдать правила техники безопасности.
3. четко следовать инструкциям судей и адекватно воспринимать их оценку.
4. переживать и болеть за своих товарищей, взаимодействовать со сверстниками в достижении общей цели, следить за безопасностью друг друга.

5. оказывать бескорыстную помощь, управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, проявлять дисциплинированность и упорство в достижении поставленной цели.

6. технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности, анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения.

7. выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами и в различных условиях, выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

ПРОГРАММА

В Программу «Дня здоровья» входят следующие виды для состязаний:

Эстафетный бег (4*200)

Метание в цель

Сбить кегли (3 шт.) мячом для большого тенниса или маленьким резиновым мячом. Каждое попадание приносит команде очко (или количество упавших кеглей).

«Лягушка»

Прыжки в длину с места.

Надо перепрыгнуть заданную длину, что принесет команде очко.

«Меткий футболист»

Участник, ударяя ногой по мячу, должен попасть в створ ворот, что принесёт команде очко.

«Ловкий теннисист»

Участник бежит до поворота и обратно, пытаясь удержать на большой теннисной ракетке воланчик, теннисный мячик. Если воланчик или мячик не упадет, а участник выполнит задание в отведенное время, то команда получает очко.

«Самый сильный»

Участник выполняет бросок набивного мяча за указанную длину.
Бросок выполняется двумя руками из-за головы из ИП: ноги на ширине плеч.
Если мяч перелетел указанный метраж, команда получает очко.

«Равновесие»

Пройти по коридору и обратно с предметом на голове, не уронив его и уложившись в заданное время, что принесет команде очко.

«Скакалка»

Выполнить за 10 секунд заданное количество прыжков, что принесёт команде очко.

ПОРЯДОК ОПРЕДЕЛЕНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ

На каждом этапе класс-команда находится 10 минут, и все время поочередно все участники выполняют упражнение. При правильном выполнении команде начисляется очко. Выигрывает та команда, которая пройдя все этапы, наберет наибольшее количество очков.

НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

По итогам награждаются класс-команды, занявшие 1, 2, 3 места. Также награждаются команды, показавшие лучший результат в отдельных состязаниях.

3.3. Календарно-тематическое планирование

Количество часов в неделю -4часа

Количество часов в год -144 часов

| № | Название темы занятия | Кол-во часов | Дата по расписанию | | Форма аттестации/контроля | Примечание (корректировка) |
|--|--|--------------|--------------------|----------|---------------------------|----------------------------|
| | | | По плану | По факту | | |
| Раздел № 1. Введение. Физическая культура и спорт. История футбола (2 часа) | | | | | | |
| 1 | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. | 2 | | | беседа | |
| Раздел №2. Теоретическая подготовка. (2 часа). | | | | | | |
| 2 | Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Планирование спортивной тренировки. Правила игры. Место занятий, оборудование и инвентарь. | 1 | | | | |
| 3 | Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиенические знания и навыки. Врачебный контроль и самоконтроль. Физиологические основы спортивной тренировки. | 1 | | | | |
| Раздел № 3. Общая физическая подготовка (6 часов) | | | | | | |
| 4 | Отработка упражнения для гибкости ног (тазобедренный, | 2 | | | | |

| | | | | | | |
|--|--|---|--|--|---|---|
| | коленный, голеностопный суставы). | | | | | |
| 5 | Отработка упражнения для развития ловкости. Отработка упражнения с предметом. | 2 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | с |
| 6 | Отработка упражнения с набиванием мяча. Отработка упражнения с гантелями. | 1 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | с |
| 7 | Отработка акробатических упражнений. Кувьрки, перекаты и перевороты. Отработка упражнения на батуте. Отработка беговых упражнений. Бег – 30, 60, 100, 400, 500, 800 м. | 1 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | с |
| Раздел № 4. Специальная физическая подготовка. (18 часов) | | | | | | |
| 8 | Отработка упражнения для развития ловкости. | 2 | | | | |
| 9 | Отработка упражнений для развития быстроты, развития скоростно-силовых качеств. | 4 | | | | |
| 10 | Отработка упражнений для вратарей. Отработка упражнений для развития ловкости. | 8 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | с |
| 11 | Отработка упражнений для развития специальной выносливости. Бег – 30, | 2 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с | с |

| | | | | | | |
|---|--|---|--|--|---|--|
| | 60, 100, 400, 500, 800 метров | | | | требованиями | |
| 12 | Отработка упражнений для развития специальной выносливости. Бег – 30, 60, 100, 400, 500, 800 метров. | 2 | | | | |
| Раздел № 5. Техническая подготовка. (26 часов) | | | | | | |
| 13 | Отработка техники передвижений. Отработка ударов по мячу ногами. | 8 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 14 | Отработка ударов по мячу головой. Отработка упражнений остановки мяча | 8 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 15 | Отработка упражнения ведения мяча. | 6 | | | | |
| 16 | Отработка упражнения обманные движения (финты). | 4 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| Раздел № 6. Тактическая подготовка. (26 часов) | | | | | | |
| 17 | Силы мышц рук. Силы мышц ног. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины). | 6 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 18 | Развитие силовой выносливости. | 6 | | | Сдача контрольных нормативов, в | |

| | | | | | | |
|---|---|---|--|--|---|--|
| | ОРУ для развития быстроты | | | | соответствии с требованиями | |
| 19 | Отработка упражнения для развития быстроты. Отработка. Упражнения для развития скоростносиловых качеств | 6 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 20 | Отработка упражнений для вратарей. Отработка упражнений для развития специальной выносливости. | 6 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 21 | Силы мышц рук. Силы мышц ног. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины). | 2 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| Раздел № 7. Игровая подготовка (24 часа) | | | | | | |
| 22 | Отработка упражнений отбора мяча. Отработка упражнений вбрасывания мяча из- за боковой линии. | 4 | | | | |
| 23 | Отработка упражнений техники игры вратаря. Отработка упражнений ударов по воротам правой и левой ногой. | 2 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 24 | Отработка упражнения тактики нападения, командных и индивидуальных действий | 4 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |

| | | | | | | |
|---|---|----|--|--|---|--|
| 25 | Отработка упражнений игры в защите, индивидуальных действий и групповых действий. | 4 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 26 | Отработка упражнений тактики вратаря, индивидуальных действий | 4 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| 27 | Ведение учебных игр по избранной тактической системе. | 6 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
| Раздел № 8. Контрольные и календарные игры (20 часа) | | | | | | |
| 28 | Спортивные игры | 10 | | | Соревнования, игра | |
| 29 | Чемпионат | 10 | | | Соревнования, игра | |
| Раздел № 9. Восстановительные мероприятия (2 часа) | | | | | | |
| 30 | Оказание первой помощи. Понятие о травмах. Травматические повреждения, характерные для занятий, меры их профилактики. Страховка и самостраховка | 2 | | | Соревнования, игра | |

Раздел № 10. Инструкторская и судейская практика (8 часов)

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--------------------|--|
| 31 | Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана. Обязанности судей, способы судейства. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Положение о соревнованиях. Заявки, их форма и оформление, представление заявок. Назначение судей. | 8 | | | Соревнования, игра | |
|----|--|---|--|--|--------------------|--|

Раздел № 11. Контрольные испытания (6 часов)

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|---|--|
| 32 | ОФП. Бег 30 метров. Бег 300 метров. Прыжки в длину. СФП. Бег 30 метров с ведением мяча. Вбрасывание мяча на дальность. Удары по мячу на точность (число точных ударов из 10). Жонглирования мячом (количество раз). | 8 | | | Сдача контрольных нормативов, в соответствии с требованиями | |
|----|---|---|--|--|---|--|

| | | | | | | |
|---|--|---|--|---------------|--------|--|
| | Челночный бег (10x10) Бег 30 метров, с ведением мяча | | | | | |
| Раздел № 12. Итоговое занятие (2 часа) | | | | | | |
| 33 | Выполнение итоговой работы в материале | 2 | | | Беседа | |
| ИТОГО | | | | 144 ч. | | |

3.5. Воспитательный план

| 1. | Гражданское воспитание: | Дата | Место проведения | Ответственные | Отметка о выполнении |
|----|---|----------|------------------------|----------------------------------|----------------------|
| | Соревнования, посвященные Дню солидарности в борьбе с терроризмом | сентябрь | МУПК им. А.М. Данилина | Педагог-организатор, Цвык А.И. | |
| | Беседа, посвященная Международному дню грамотности | сентябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | «Дети под защитой государства», круглые столы с учащимися в объединениях ко дню подписания Конвенции о правах ребенка | сентябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. Педагог-организатор | |
| | Беседа: «Сила государства в единстве народов», посвященная Дню народного единства. | ноябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. педагог-организатор | |
| | Проведение мероприятий, посвященных Дню Конституции Российской Федерации (шахматный турнир, викторина) | декабрь | актовый зал | педагог-организатор Цвык А.И. | |
| | «Крым, Россия, навсегда!» устный журнал, посвященный воссоединению Крыма с Россией | март | актовый зал | педагог-организатор Цвык А.И. | |
| | «День памяти и скорби», беседы в объединениях посвященные Дню начала Великой Отечественной войны 1941г. | июнь | учебные кабинеты | Цвык А.И. Педагог-организатор | |
| 2. | Содействие семейному воспитанию: | | | | |

| | | | | | |
|----------|--|----------------|------------------|--------------------------------------|--|
| | «Все начинается с семьи», час общения | марта | учебные кабинеты | Цвык А.И. педагог- организатор | |
| | Работа с родителями по информированию и привлечению к деятельности в рамках учебно-воспитательного процесса | в течение года | - | Цвык А.И. | |
| 3 | Военно-патриотическое воспитание: | | | | |
| | Беседа «Великий подвиг русского народа», посвященная 205-летию со дня Бородинского сражения | сентябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. педагог- организатор | |
| | День Гражданской обороны (Тренировочный вывод учащихся) | октябрь | - | зам.дир. по УВР Цвык А.И. | |
| | «Их имена хранит история» круглые столы, посвященные Дню неизвестного солдата (3 декабря) и Дню героев Отечества (9 декабря) | декабрь | музей | Цвык А.И. | |
| | «Это не забыть нам никогда!» - уроки памяти, посвященные Международному дню памяти жертв Холокоста | январь | музей | Цвык А.И. | |
| | Беседа: «Их помнит Родина и чтит», посвященная памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества (15 февраля) | февраль. | музей | Цвык А.И. | |
| | «Праздник со слезами на глазах», праздничный концерт, посвященный Дню Победы советского народа в Великой Отечественной войне (1941-1945гг.). | май | актовый зал | педагог- организатор Цвык А.И. | |

| | | | | | |
|--|--|----------------|-------|-----------|--|
| | Встречи с ветеранами Великой Отечественной войны | В течение года | музей | Цвык А.И. | |
|--|--|----------------|-------|-----------|--|

| | | | | | |
|----|--|----------------|------------------|---------------------------------|--|
| 4. | Формирование здорового образа жизни. Мероприятия по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения: | | | | |
| | Беседы с учащимися «Уроки безопасности в сети интернет» | октябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Подготовка информационной газеты «1 декабря-Всемирный день борьбы со СПИДом» | декабрь | 1 этаж | педагог-организатор Цвык А.И. | |
| | Проведение викторины «Будь здоров!» посвященной Всемирному Дню здоровья. | апрель | актовый зал | педагог-организатор Цвык А.И. | |
| | Тематическое занятие по ОБЖ в объединениях: «День пожарной охраны» | апрель | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Конкурс детских рисунков «Скажи вредным привычкам нет!» | апрель | 1 этаж | Цвык А.И. педагогорганизатор | |
| | Проведение бесед по теме: «Уроки культуры и здоровья» | май | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| 5. | Трудовое воспитание: | | | | |
| | Субботники по благоустройству и уборке территории | в течение года | Территория МУПК | Директор Цвык А.И. | |
| | Беседа «Держи свое рабочее место в чистоте и порядке» | октябрь | Учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Беседа «Они в ответе за наше благополучие», посвященная Дню местного самоуправления (21 апреля) | апрель | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |

| | | | | | |
|-----------|--|----------------|------------------|----------------------------------|--|
| 6. | Эстетическое, моральное и превентивное воспитание: | | | | |
| | Беседы, посвященные Международному Дню толерантности (16 ноября) | ноябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Беседа: «Твое отношение к инвалидам», посвященные Международному дню инвалидов | декабрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Новогодние мастер-классы, выставки, утренники | декабрь | актовый зал | Цвык А.И. | |
| | Оформление информационной выставки «День российской науки» | февраль | 1 этаж | педагог-организатор Цвык А.И. | |
| 7. | Правовое воспитание: (профилактика правонарушений) | | | | |
| | Беседы с учащимися по профилактике правонарушений «Не переступи закон!» | октябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Познавательные экскурсии в районный отдел полиции | в течение года | - | Цвык А.И. | |
| | Беседа «Я - законопослушный гражданин» | апрель | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| 8. | Профилактика дорожно-транспортного травматизма: | | | | |
| | Беседа: «Будь внимателен на дороге» | постоянно | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Беседы с учащимися о правилах поведения на дороге | ноябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. специалист по ОТ | |
| | Муниципальный этап конкурса: «Безопасное колесо -2026» | май | актовый зал | Цвык А.И. педагог-организатор | |
| 9. | Праздники: | | | | |

| | | | | | |
|--|--|----------|--------------|----------------------------------|--|
| | «День знаний» (конкурс рисунков на асфальте) | сентябрь | площадь ДК | Цвык А.И. педагог-организатор | |
| | «День открытых дверей» | сентябрь | площадь МУПК | педагог-организатор Цвык А.И. | |

34

| | | | | | |
|------------|---|---------|------------------|---|--|
| | «Новогодняя сказка», театрализованное представление | декабрь | актовый зал | педагог-организатор Цвык А.И.. | |
| | «Милой мамочке моей!» концертная программа, посвященная 8 Марта | март | актовый зал | Цвык А.И. педагог-организатор, методист | |
| | Концертная программа «Мы шли дорогами войны!» | май | актовый зал | педагог-организатор, методист, Цвык А.И. | |
| | «Детство это я и ты!», праздничное мероприятие, посвященное Международному Дню защиты детей | июнь | площадь МУПК | педагог-организатор методист, Цвык А.И. | |
| 10. | Мероприятия, посвященные экологии: | | | | |
| | Единое занятие «Экология и энергосбережение» в рамках Всероссийского фестиваля «ВместеЯрче» | октябрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. педагог-организатор | |
| | Неделя энергосбережения (21-26 ноября) | ноябрь | учебные кабинеты | педагог-организатор Цвык А.И. | |

| | | | | | |
|------------|---|----------------|-----|-----------------------|--|
| | Участие в конкурсах и природоохранных акциях биолого-экологического направления | в течение года | м/к | Цвык А.И. методист | |
| 11. | Антикоррупционное воспитание и образование: | | | | |

| | | | | | |
|-----------|--|----------------|------------------|--|--|
| | Обновление стенда о работе Центра по антикоррупционной политике | сентябрь | 1 этаж | педагог-организатор зам. директор по УВР Цвык А.И. | |
| | Беседы на тему: «Остановить коррупцию сможешь только ты» (Всероссийский День борьбы с коррупцией) | декабрь | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| | Участие в муниципальном конкурсе детских рисунков «Коррупция глазами детей» | ноябрь | 1 этаж | Цвык А.И. | |
| | Беседы на тему «Остановить коррупцию сможешь только ты» | май | учебные кабинеты | Цвык А.И. | |
| 12 | Работа с родителями: | | | | |
| | Подготовка и проведение родительских собраний | сентябрь, май | | Цвык А.И., администрация | |
| | Индивидуальные консультации родителей учащихся по вопросам воспитания и обучения | в течение года | | Цвык А.И. | |
| | Привлечение родителей к совместной деятельности образовательного учреждения | в течение года | | Цвык А.И., администрация | |
| | Привлечение родительской общественности к участию в работе объединений | в течение года | | Цвык А.И., администрация | |
| | Проведение открытых мероприятий для родительской общественности с целью демонстрации достижений учащихся | в течение года | | Цвык А.И. Педагог-организатор | |