

РЕСПУБЛИКА КРЫМ
АДМИНИСТРАЦИЯ БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА
УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО
на тренерском совете
МБОУДО "ДЮСШ"
Белогорского района
Республики Крым
от 09.04. 2024г.
Протокол №9

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУДО "ДЮСШ"
Белогорского района
Республики Крым
А. В. Стегачев
Приказ от 16.04.2024г. №38



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФУТБОЛ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Сроки реализации программы: 1 год
Вид программы: модифицированная
Уровень: базовый (срок реализации-1 год)
Возраст обучающихся: 8-12 лет – 13-17 лет
Составитель: Здоров Дмитрий Владимирович
Должность: тренер-преподаватель.

г. Белогорск
2024г.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи Программы.....	12
1.3. Воспитательный потенциал программы.....	13
1.4. Содержание программы.....	15
1.5. Планируемые результаты	20

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	21
2.2. Условия реализации программы.....	23
2.3. Формы аттестации.....	27
2.4. Список литературы.....	29

Раздел 3. Приложения

3.1. Оценочные материалы.....	31
3.2. Методические материалы.....	36
3.3. Календарно-тематическое планирование.....	41
3.4. Лист корректировки.....	48
3.5. План воспитательной работы.....	50

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время основой разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» (далее – Программа) является следующая нормативно-правовая база:

-Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

-Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

-Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

-Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

-Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. №642 (в действующей редакции);

-Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

-Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);

-Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от

13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

-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);

-Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;

-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);

-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»;

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

-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);

–Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

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

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

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

–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»;

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

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

–Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;

–Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. №

593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;

–Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;

–Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

–Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

–Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

–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»;

–Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

–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)»;

–Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

–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»;

-Устав Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования "Детско-юношеская спортивная школа" Белогорского района Республики Крым на основании постановления администрации Белогорского района Республики Крым от 17.05.2021г. № 298.

Направленность: физкультурно-спортивная. На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку оздоровительной направленности; получение простейших навыков техники тактики вида спорта футбол с учетом возрастных психофизиологических особенностей учащихся.

Актуальность программы: В настоящий момент существует проблема дефицита физической активности детей из-за чрезмерного увлечения гаджетами, что отрицательно сказывается на их развитии. Одним из следствий этой негативной тенденции является существенное снижение уровня физических качеств учащихся и рост детской заболеваемости.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, восполняют недостаток двигательной активности, имеющийся у обучающихся в связи с высокой учебной нагрузкой, малоподвижным образом жизни.

Новизна программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение элементов футбола с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой

выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.

Отличительные особенности программы в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме того, в содержание программы включен блок теоретических знаний (в т.ч. судейская практика) из области футбола. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся данным видом спорта.

Педагогическая целесообразность программы. Основным средством подготовки футболистов являются *физические упражнения*, которые представляют собой двигательные действия, выбранные и используемые методически правильно для реализации поставленной задачи.

Исходя из особенностей футбола и задач подготовки, все основные *средства* можно подразделить на *специфические*, т.е. упражнения с мячом, и *неспецифические*, т.е. упражнения без мяча.

Специфические упражнения, применяемые в тренировке футболистов, состоят из двух групп: соревновательные и специальные.

Соревновательные упражнения - это совокупность двигательных действий, составляющих предмет игры в футбол и выполняемых в полном соответствии с правилами состязаний по футболу. По форме к соревновательным упражнениям относятся официальные, контрольные, товарищеские, двусторонние и другие игры, а также игры по мини-футболу.

Специальные упражнения - это двигательные действия, состоящие из элементов соревновательных упражнений и их вариантов. Предназначены они главным образом для технико-тактического совершенствования и развития специальных физических качеств. К специальным упражнениям относятся индивидуальные и групповые упражнения с мячом (удары, остановки, ведение, взаимодействия в парах, тройках т.д.), а также игровые упражнения (различные “квадраты”, держание мяча и т.д.).

Неспецифические упражнения включают в себя две группы: обще подготовительные и специально подготовительные.

Обще подготовительные упражнения - это двигательные действия являющиеся преимущественно средством общей подготовки футболиста. Соответствующие упражнения подбирают из различных видов спорта, спортивных и подвижных игр и дополняют общеразвивающими.

Специально подготовительные упражнения - это двигательные действия, которые имеют существенное сходство со специальными упражнениями по форме, структуре и характеру проявления физических и психических качеств.

Основные **методы спортивной тренировки** можно разделить на три группы: *практические, словесные, наглядные.*

В тренировочных занятиях эти методы применяют в основном в комплексе, хотя иногда в зависимости от конкретных условий тем или иным методам отдается предпочтение.

Выбор метода определяется возрастом, подготовленностью, квалификацией футболистов, задачей, изучаемым материалом, применяемыми средствами, условиями занятий, профессиональной подготовленностью самого тренера и другими факторами.

Адресат программы. Программа предназначена для детей в возрасте от 8 до 12 лет и от 13 до 17 лет, построенная с учетом возрастных особенностей учащихся. Учащиеся этого возраста способны выполнять предлагаемые задания по освоению основных приемов владения мячом, бросков, разнообразных тактических действий в обороне и нападении. При этом для достижения положительных результатов при реализации программы учитываются возрастные характеристики учащихся, их общее физическое развитие, психологическая устойчивость, желание заниматься игровыми видами спорта, умение учитывать мнение своих сверстников, определенный уровень знаний и умений.

Набор обучающихся в группы осуществляется без тестирования. Группа комплектуется на основании заявления родителей, из всех желающих заниматься этим видом спорта, имеющих разрешение врача.

Количество обучающихся в группе составляет 25 человек.

Объем и срок освоения программы. Программа предусматривает 1 год реализации (72 академических часа) – 36 учебных недель (I полугодие составляет 16 недель и II полугодие – 20 недель).

Уровень программы – программа рассчитана на один год обучения базового уровня, 72 часа.

Форма обучения – очная. Обучение осуществляется в очной форме, также допускается применение дистанционного обучения в условиях объявления карантина (эпидемии).

Особенностями организации образовательного процесса по программе «Футбол» является сочетание тренировочных занятий с выступлениями на физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях, на которых учащиеся имеют возможность проявить себя, презентовать достигнутый технический уровень ведения спортивных состязаний.

Состав группы – постоянный, разновозрастной.

Режим занятий и их продолжительность: 72 часа на весь период обучения, 36 недель; ежегодный режим занятий: 2 раза в неделю по 1 академическому часу (45мин.), что не противоречит «Санитарно-эпидемиологическим требованиям к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных 04.07.14г. № 41. В каникулярное время режим занятий учебных групп может переноситься на более удобное время для учащихся.

1.2. Цель и задачи программы

Цель - формирование физической культуры личности в процессе овладения техникой и тактикой игры в футбол.

Задачи:

Образовательные (обучающие, предметные):

- обучение необходимым теоретическим знаниям;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Личностные (воспитательные):

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Метапредметные (развивающие):

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа - это неотъемлемая часть учебного процесса. Воспитательная работа с группой и каждым отдельным обучающимся проводится непосредственно во время каждого учебного занятия.

Главная цель воспитания заключается в формировании у занимающихся высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия, развитии качеств личности гражданина, спортсмена, отвечающих национально-государственным интересам России, формирование моральной и психической готовности активно соревноваться, защищая честь своей группы, спортивной школы, района и т.п.

Воспитание у юных спортсменов сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям достигается через постановку определенных задач для каждого обучающегося. Воспитание уважения к старшим – через уважительное отношение к детям, дружественное общение «на равных», понимание и помощь в решении поставленных задач, поддержки в трудных ситуациях, разделении эмоций успеха каждого ребенка.

Важным условием успеха воспитательной работы является своевременное начало занятий, их эффективность, высокая требовательность к посещаемости и выполнению норм и правил личной гигиены. Особое значение имеет личный пример тренера-преподавателя.

Немаловажное значение имеет стимулирование обучающихся к спортивной деятельности, достижению поставленных целей (награждение грамотами, медалями, освещение достижений в средствах массовой информации, официальном сайте учреждения, стенде учреждения. Ни один ребенок не должен оставаться в тени, незамеченный преподавателем. Каждый ребенок должен иметь свой личный успех.

Воспитательная работа с обучающимися: Трудовое воспитание: подготовка и уборка мест тренировочных занятий, правильное пользование шкафчиками для одежды.

Патриотическое воспитание:

- участие во внутришкольных соревнованиях, посвященных Дню народного единства, Дню Победы;

- Участие в демонстрациях в День района, в День солидарности трудящихся. Нравственное воспитание: беседы на этические и спортивно-этические темы, о сплоченности коллектива. Воспитание ответственности за свое здоровье: беседы о здоровом образе жизни, гигиене юных спортсменов, закаливании, режиме дня, правильном питании и питьевом режиме, медицинском контроле и самоконтроле, безопасном поведении в общественных местах, на дорогах, в быту, на природе, безопасном интернете.

Воспитательная работа с привлечением родительской общественности:
В процессе воспитательной работы планируется проведение родительских собраний:

1) Согласование расписания занятий, организационные моменты занятий, режим дня юного спортсмена, форма одежды, профилактика детского дорожно-транспортного травматизма, антитеррористическая безопасность.

2) Стимулирование детей со стороны родителей к занятиям спортом, обязательность занятий, в том числе, во время непогоды, профилактика заболеваний, медицинский контроль, профилактика правонарушений.

3) Итоги работы за учебный год. Самостоятельная работа детей в летний период, закаливание. Безопасность детей на природе и в быту в летний период. Планируется привлечение родителей (лиц их заменяющих) к проведению внутришкольных мероприятий, соревнований.

1.4. Содержание программы

Таблица 1

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контроля/ аттестация
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Развитие футбола в России и за рубежом. Правила игры в футбол.	2	2	-	Опрос, тестирование /Входной контроль
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	15	1	14	Практическое задание/Текущий контроль/Тестирован ие ОФП
3	Специальная физическая подготовка (СФП)	18	3	15	Выполнение контрольных упражнений/Промеж уточный контроль
4	Технические приемы	17	2	15	Практическое задание/Текущий контроль
5	Тактические приемы	18	2	16	Практическое задание/Текущий контроль
6	Итоговая аттестация	2	-	2	Футбольный матч/Итоговый контроль
	Итого часов	72	10	62	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Вводное занятие (2 часа).

Теория (2 часа): Тема 1. Развитие футбола в России и за рубежом. Тема 2. Правила игры в футбол.

Форма аттестации: Опрос, тестирование

Раздел 2. Общая физическая подготовка (ОФП)(15 часов).

Теория (1 час): Тема 3. Строевые упражнения: понятие о строе, шеренге, колонне и т.д., перестроения, повороты, изменения скорости движения.

Практика (14 часов): Тема 4-6. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов (упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц шеи, для туловища, для ног, с сопротивлением) (3 часа). Тема 7-8. Упражнения с предметами: с набивным мячом, с гантелями, со скакалкой, с малыми мячами) (2 часа). Тема 9. Бег 30, 60, 100 м., кроссы, 6 и 12-минутный бег, спортивная ходьба. Тема 10. Упражнения на формирование правильной осанки, с удержанием груза на голове. Упражнения для мышц ног, туловища. Тема 11. Упражнение в висах и упорах. Тема 12. Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, перекаты и перевороты. Тема 13. Упражнения с мячом. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Тема 14. Подбрасывание мяча вверх, и ловля его; то же, с поворотом кругом. Тема 15. Бег с ускорением. Бег с высокого старта. Тема 16. Прыжки с разбега в длину. Прыжки с места в длину. Тема 17. Спортивные игры и эстафеты: с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию.

Форма аттестации: Практическое задание, Тестирование ОФП

Раздел 3. Специальная физическая подготовка (СФП) (18 часов).

Теория (3 часа): Тема 18. Виды специальных упражнений для развития быстроты. Тема 19. Виды упражнений для развития стартовой скорости. Тема 20. Виды упражнений для развития дистанционной скорости.

Практика (15 часов): Тема 21. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Тема 22. Бег с быстрым изменением скорости. Тема 23. Упражнения на развитие быстроты. Старты из различных положений с последующим ускорением. Тема 24. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорением, «рывками», изменением направления передвижения. Тема 25. Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперед с изменением темпа и направления движения (по прямой, по

кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Тема 26. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Тема 27. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с продвижением вперёд. Тема 28. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Тема 29. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Тема 30. Упражнения на развитие силы. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Тема 31. Упражнения на развитие выносливости. Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Тема 32. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Тема 33. Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Тема 34. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Тема 35. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом». Промежуточная аттестация.

Форма аттестации: Промежуточный контроль

Раздел 4. Техническая подготовка (17 часов).

Теория (2 часа): Тема 36. Техника передвижения. Тема 37. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); удары по мячу ногой.

Практика (15 часов): Тема 38. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и

катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Тема 39. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Тема 40. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Тема 41. Удары на точность. Тема 42. Удары по мячу головой. Тема 43. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Тема 44. Удары на точность. Тема 45. Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость. Тема 46. Остановка мяча. Передача мяча. Обманные движения (финты). Тема 47. Обучение финтам. Отбор мяча. Тема 48. Перехват мяча. Тема 49. Отбор мяча в единоборстве с соперником. Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Тема 50. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, с крестным шагом и скачками на двух ногах. Тема 51. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Тема 52. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Форма аттестации: Практическое задание

Раздел 5. Тактическая подготовка (18 часов).

Теория (2 часа): Тема 53. Понятие о тактике и тактической комбинации. Тема 54. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих.

Практика (16 часов): Тема 55. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Тема 56. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры. Тактика нападения. Тема 57. Индивидуальные действия без мяча. Тема 58. Правильное расположение на футбольном поле. Тема 59. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на

действие партнёров и соперника. Тема 60. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Тема 61. Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Тема 62. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Тема 63. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Тема 64. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Тема 65. Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Тема 66. Комбинация «игра в стенку». Тактика защиты. Индивидуальные действия. Тема 67. Правильный выбор позиции по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча, т. е. осуществления «закрывания». Тема 68. Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Тема 69. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Тема 70. Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Форма аттестации: Практическое задание

Раздел 6. Итоговая аттестация (2 часа)

Практика (2 часа): Тема 71-72. Участие в соревнованиях по футболу.

Форма аттестации: Итоговый контроль

1.5. Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся должны:

знать: основные требования к занятиям по футболу; историю развития изучаемого вида спорта футбол; гигиенические требования к занимающимся и местам проведения занятий соревнований; влияние физических упражнений на функциональные возможности организма; основы техники и тактики в футболе; способы проведения соревнований;

уметь: выполнять зачетные требования по футболу; владеть основами техники и тактики футбола; владеть основными навыками восстановительных мероприятий; принимать участие в соревнованиях; использовать знания, умения, навыки на практике.

Образовательные (обучающие, предметные) результаты:

- сформированность необходимых теоретических знаний;
- знание техники и тактики игры;
- знание приемов и методов контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Личностные (воспитательные) результаты:

- воспитанность моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- сформированность у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- сформированность потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Метапредметные (развивающие) результаты:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры

2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Годовой календарный учебный график Программы составлен с учетом годового календарного графика МБОУ ДО «ДЮСШ» Белогорского района РК и учитывает в полном объеме возрастные, психофизические особенности обучающихся, отвечает требованиям охраны жизни и здоровья и нормам СанПиНа. Количество учебных недель – 36. Количество учебных дней - 72. Дата начала и окончание учебного периода – сентябрь – май. Учебные занятия проводятся с понедельника по субботу согласно расписанию, утвержденному директором МБОУДО «ДЮСШ», включая каникулярное время. Календарный - учебный график может корректироваться в течение учебного года.

Календарный учебный график

Уровень базовый

год обучения _____ группа _____

Месяц	1 полугодие																2 полугодие																			
	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				Май			
Кол-во учебных недель	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
Кол-во часов в неделю (гр.)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Кол-во часов в месяц (гр.)	8				8				8				8				6				8				8				10				8			
Аттестации/Формы контроля	Входная диагностика / Опрос, тестирование				Текущий контроль/Практическое задание								Промежуточная аттестация				Текущий контроль/Практическое задание																Итоговая аттестация/ Футбольный матч			
Объем учебной нагрузки на учебный год 72 часа на одну группу																																				

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение. Для реализации данной программы необходимо следующее техническое обеспечение:

- спортивный зал: спортивный зал игровой, соответствующее санитарно-гигиеническим требованиям к данному виду деятельности и техники безопасности;
- стадион;
- оборудованная спортивная площадка на открытом воздухе с искусственным покрытием;
- мячи для футбола, набивные мячи,;
- эстафетная палка;
- секундомер;
- гимнастическая скамейка;
- таблицы «Техника передвижений игрока»;
- таблицы «Техника основных элементов игры в футбол»;
- видео тренировочных занятий, спортивных соревнований.

Информационное обеспечение - аудио, видео, фото из следующих интернет источников:

1. Сайт Министерства спорта Российской Федерации – <http://sport.minstm.gov.ru>
2. Официальный сайт Министерства образования и науки Российской Федерации – <http://www.minsport.gov.ru>
3. Сайт Российского футбольного союза – <https://rfs.ru/>
4. Сайт Олимпийского комитета России – <http://www.olympic.ru/>

Кадровое обеспечение. Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется преподавателем, имеющим опыт общения с детьми, обладающим широким арсеналом методов и приемов организации учебного процесса, соответствующим требованиям профстандарта «тренер преподаватель».

Методическое обеспечение: Методические материалы включают в себя методическую литературу и методические разработки для обеспечения учебно-воспитательного процесса (календарно-тематическое планирование, планы-конспекты занятий, дидактические материалы и т.д.), являются приложением к программе, хранятся у педагога дополнительного образования и используются в учебно-воспитательном процессе.

особенности организации образовательного процесса.

Основной формой обучения является занятие. Виды занятий определяются содержанием программы. Занятия проводятся с полным составом группы, при этом по мере приобретения опыта учащимся делается больший упор на групповые и индивидуальные формы работы.

Обучение детей происходит по группам в соответствии с календарно-тематическим планированием. Состав групп постоянный, одновозрастной. Занятия групповые с ярко выраженным индивидуальным подходом. Виды занятий подбираются в соответствии с содержанием, дидактической задачей и психологическими особенностями детей данного возраста и предусматривают практические и теоретические занятия.

При организации образовательного процесса педагог учитывает специфику конкретной учебной группы (успеваемость, активность, предпочтения учащихся). Некоторые занятия могут проводиться с участием обучающихся из других групп, с привлечением родительской общественности.

методы обучения спортивной тренировки можно разделить на три группы: *практические, словесные, наглядные*

Практические методы спортивной тренировки, основанные на двигательной деятельности спортсмена, подразделяются на методы упражнений, игровой и соревновательные методы.

Словесные методы - методы использования слова позволяют тренеру направлять поведение занимающихся, воспитывать нравственные, волевые и другие качества личности. В то же время “словесные” методы играют важную роль в осмысливании, самооценке и саморегуляции действий самих футболистов.

Методы обеспечения наглядности. Данный комплекс методов применяется для создания зрительных, двигательных и других ощущений и восприятий об изучаемых упражнениях в процессе технической, тактической, физической подготовки. Их условно можно разделить на две группы: методы непосредственной наглядности и методы опосредованной наглядности.

К первым относятся различные формы методически организованного показа самих упражнений

Методы опосредованной наглядности являются вспомогательными средствами демонстрации и служат формированию предварительных представлений о двигательных действиях, правилах и условиях их выполнения, а также для уточнения и углубления представлений, полученных путем непосредственных восприятий.

формы организации образовательного процесса: - индивидуально-групповая и групповая.

формы организации учебного занятия - беседа, встреча с интересными людьми, игра, мастер-класс, соревнование, чемпионат.

педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология игровой деятельности, технология развития критического мышления, здоровьесберегающая технология, технология-дебаты.

алгоритм учебного занятия подготовка спортивного зала к

проведению занятия (проветривание кабинета, подготовка необходимого инвентаря); организационный момент (приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний и умений); теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала); практическая часть - закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме); окончание занятий (рефлексия, подведение итогов занятия).

дидактические материалы – фото, схемы, мячи, обручи, скакалки.

2.3. Формы аттестации

Контроль усвоения учебного материала проходит в течение всего периода обучения. Формами контроля являются: опрос, тестирование, зачет, практическое задание, участие в соревнованиях, контрольных играх.

Определение форм контроля:

Опрос-метод сбора информации, способ, позволяющий получать информацию непосредственно с помощью вопросов.

Тестирование – метод педагогического исследования, который позволяет выявить уровень знаний, умений и навыков, способностей и других качеств личности, а также их соответствие определенным нормам путем анализа способов выполнения испытуемым ряда специальных заданий.

Практическое задание-форма организации учебного процесса, заключающаяся в выполнении учащимися под руководством преподавателя комплекса физических упражнений, с целью усвоения научно-теоретических основ вида спорта волейбол, и приобретения практических умений и навыков.

Соревнования - форма деятельности, соперничество за достижение превосходства, лучшего результата (выигрыша, признания ит.п.)

Степень усвоения учебной программы оценивается по результатам контрольных нормативов выполнения различных упражнений по общей и специальной физической подготовке.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- опрос учащихся по пройденному материалу,
- наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований,
- контроль соблюдения техники безопасности,
- привлечение обучающихся к судейству соревнований школьного уровня,
- контрольные игры с заданиями,
- выполнение отдельных упражнений с заданиями,
- контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований,
- встреча с обучающимися во внеурочное время и наблюдение за их досугом.

Формы предъявления и демонстрации:

- тестирование общефизической, специально- физической, технической, тактической и психологической подготовки,
- тестирование по теоретическому материалу,
- соревнования.

В течение учебного года педагог проводит поэтапную диагностику успешности усвоения программного материала используя следующие *формы контроля*.

I этап (входной) – проверка знаний и умений учащихся на начальном этапе освоения программы (входной контроль проводится на первом вводном занятии путем проведения опроса, тестирования с последующим анализом результатов). Позволяет выявить уровень подготовленности и возможности обучающихся для занятия данным видом деятельности.

II этап (текущий) - проводится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии обучающихся. Проводиться в форме выполнения практического задания.

III этап (промежуточный) - проводится в конце изучения раздела в форме выполнения контрольных упражнений с целью проверки степени усвоения учащимися учебного материала по итогам прохождения раздела или темы. Эти сведения необходимы для успешного управления процессом обучения в ходе занятий.

IV этап (итоговый) – проводится в конце срока обучения по программе и позволяет оценить уровень результативности усвоения Программы за год. Форма проведения: соревнование (футбольный матч).

2.4. Список литературы

Список литературы для педагога:

1. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие /А.В.-Антипов, В.П. Губа, СЮ. Тюленьков. - М.: Советский спорт, 2008. -152 с.

2. Антипов А.В., Кулишенко И.В. Анализ параметров двигательных действий юных футболистов с учетом их возраста // Теория и практика физической культуры. – 2016. - №6. – С.51.

3. Бадрак К.А. Первичная профилактика применения допинга в современном спорте // Образовательная программа и методические рекомендации/Под ред. О.М. Шелкова. – Издан. 2-е изд., перераб. – СПб: ФГБУ СПбНИИФК, 2013. – 65 с.

4. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. - М.: Советский спорт, 2010. - 336 с.

5. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8–10 лет) – 111 с.; 2 этап (11–12 лет) – 204 с.; 3 этап (13–15 лет) – 310 с.; 4 этап – 165 с.]; 93

6. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. – М.: Физическая культура и спорт, 1976. – стр. 109-113, 120-122.

7. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с.;

Список литературы для родителей:

1. Золотарёв А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / А.П. Золотарёв. – Краснодар. 1997. – 50 с.

2. Искусство подготовки высококлассных футболистов (Текст): Науч.-методич. пособие/ Под ред. проф. Н.М. Люкшинова. – 2-е изд., испр., доп. – М.: Советский спорт, ТВТ Дивизион, 2006. – 432 с.

3. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8-10 лет) - 111 с.; 2 этап (11-12 лет) - 204 с.; 3 этап (13-15 лет) - 310 с.; 4 этап - 165 с.].

4. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. - М.: Человек, 2010. - 176 с.

5. Монаков Г.В. Подготовка футболистов. Теория и практика / Г.В. Монаков. – 2-е изд., стереотип. – М.: Советский спорт, 2007. – 288 с.

6. Перепекин В.А. Восстановление работоспособности футболистов. – 2-е изд. – М.: Олимпия Пресс, ТВТ Дивизион, 2006. – 112 с.

7. Полишкис М.М., Губа В.П. Комплексный контроль интегральной подготовленности футболистов// Теория и практика физической культуры. – 2016. - №3. – С.64.

Список литературы для обучающихся:

1. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет/ Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. – М.: Граница, 2008 – 272 с.

2. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов (Текст): Уч.-методич. пособие/В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания. – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 192 с.

3. Тунис Марк. Психология вратаря. - М.: Человек, 2010. -128 с.

4. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол; утвержден приказом Минспорта России от 27 марта 2013 г. N 147.

5. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст] / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011. – 160 с.

3. Приложения

Приложение 1

3.1. Оценочные материалы

Оценочным критерием выполнения контрольных испытаний является положительная динамика показателей в сравнении с показателями стартовой диагностики (анализируются протоколы испытаний на начало и конец обучения). Ведение индивидуальных (личных) дневников.

Входной контроль- проверяется общая физическая подготовка учащихся:

Тестирование

- упражнения в парах, тройках, группах; повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, ног и туловища, отведение назад и в сторону рук и ног, выпады вперед, приседания, прыжки, перенос партнера на спине и плечах; элементы борьбы в стойке;
- равномерно-переменный бег 30,60,100 и 200м;
- повторно-интервальное пробегание (сериями) различных по длине отрезков (от 10 до 30м) с максимальной скоростью (в каждой серии 8-12 отрезков) с паузами для отдыха до 30 сек.;
- бег на выносливость 200, 400, 500м.;
- упражнения с отягощениями: набивными мячами (вес 1-2кг.) - броски мяча вверх и ловля с поворотами и приседаниями, броски в парах и тройках с различных положений (стоя, сидя, лежа на спине, груди) различными способами; эстафета с различными способами передачи, бросками и толканиями мяча; с гантелями весом 0,5-1,0 кг. - упражнения для различных групп мышц верхнего плечевого пояса, туловища и ног;
- элементы акробатики: кувырки вперед, назад и в стороны; мост из положения лежа на спине;
- подвижные игры и эстафеты с мячом: бег, прыжки, метание; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской,

расстановкой и собиранием предметов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях;

- упражнения на снарядах (канат, шест, лестница, гимнастическая скамейка и стена, перекладина, опорные прыжки через козла и коня с мостика);

- спортивные игры: ручной мяч, баскетбол, хоккей (по упрощенным правилам);

Текущий контроль - проверяется развитие быстроты и координации движений.

Практическое задание.

Упражнения для развития быстроты.

Повторное пробегание коротких отрезков (10-30 м.) из различных исходных положений, в различных направлениях, с изменением направления бега по зрительному сигналу. «Челночный бег» - с внезапными остановками и повторным рывком (туда и обратно); бег боком и спиной вперед; бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу; бег змейкой. Ускорение и рывки с мячом, рывки к мячу с последующим ударом по воротам, подвижные игры. Упражнения для развития ловкости Прыжки с поворотом 90-180, прыжки с имитацией ударов головой и ногой, доставание подвешенного мяча головой, в прыжке с места и с разбега. Прыжки с места и с разбега с ударом головой или ногой по мячам, подвешенным на различной высоте, жонглирование мячом, преодоление полосы препятствий. Подвижные игры: «Вытолкни из круга», «Охотники и утки» и др.

Упражнения на координацию движений.

Упражнения в равновесии; гимнастические упражнения на 8 счетов и более, подвижные игры; Спортивные игры: волейбол, баскетбол, ручной мяч с элементами футбола и др. Элементы акробатики: стойка на кистях и переворот вперед с помощью партнера, серия кувырков (2х3), чередуя кувырки вперед, назад и через плечо.

Промежуточный контроль - проверяются скоростные качества, ловкость, специальная координация, вестибулярная устойчивость, игровая

одаренность.

Выполнение контрольных упражнений.

Скоростные качества

Бег на 30 м. В забеге участвуют не более двух человек, старт высокий, на сигнал «внимание» и свисток стартера. Время фиксируется ручным или электронным секундомером на начало движения. Дается две попытки. Записывается время, показанное в каждом забеге. Во внимание принимается лучшее время.

Специальная ловкость

Упражнение выполняется на травяной площадке длиной 13 метров. Старт и финиш – на одной линии. В 7 м от нее ставится стойка (флажок), и далее через каждые 2 м вперед и 1 м в сторону устанавливаются еще три стойки.

Испытуемому нужно встать спиной по направлению к стойкам и по сигналу последовательно и слитно выполнить программу: два поворота на 360°; два кувырка назад; поворот на 180°; кувырок вперед; обегание стоек с правой стороны; слаломный бег до четвертой стойки; продвижение спиной вперед к линии финиша по прямой в коридоре между стойками.

Регистрируется время выполнения теста. Дается две попытки.

Специальная координация

Упражнение выполняется на площадке длиной 27 м. От линии старта последовательно через каждые 5 м обозначаются пять кругов диаметром 150 см. В 2 м от последнего круга находится линия финиша. Дается две попытки. Не разрешается входить с мячом в круги. Специальная координация оценивается по времени, затраченному на обводку, и количеству допущенных ошибок.

Вестибулярная устойчивость

Испытуемый стоит на одной ноге (на левой, на правой поочередно), вторая нога согнута (ступня упирается в колено опорной ноги) и отведена в сторону, руки на поясе. Время регистрируется по секундомеру с момента, когда испытуемый закрывает глаза, и до момента, когда он теряет равновесие,

разгибает отведенную в сторону ногу, чтобы не упасть. После этого испытуемый открывает глаза.

Результаты должны укладываться в нормативы.

Игровая одаренность

Тест А. Бегуны

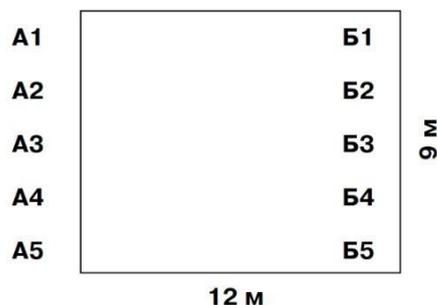


Рис.1

На поле размечается площадка по указанной схеме. Одна шеренга (А) находится вне прямоугольника, а другая (Б) – внутри. По сигналу один из А старается за 20 сек. осалить как можно больше игроков из Б, которые бегают по прямоугольнику. Так до тех пор, пока все из А не сыграют. Фиксируется количество осаленных и их нагрудные номера. Затем игроки меняются местами.

Тест Б. Охота на уток

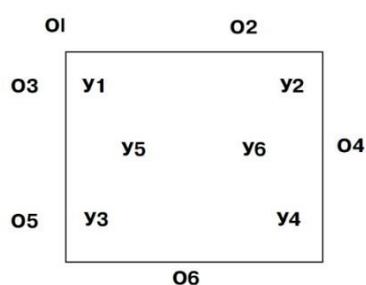


Рис. 2

На той же площадке «охотники» (О) стараются выбить «уток» (У), а «утки» – поймать побольше мячей с воздуха. Если мячом выбьют «утку», то записывают ее номер, но она продолжает играть. Затем – смена ролей. За подбитую «утку» дается очко «охотнику», а «утке» – минус очко; если «утка»

ловит мяч – ей плюс очко.

Игра длится 3 мин.

Тест В. Борьба за мяч

На баскетбольной площадке игра 5х5, как в баскетбол. Но цель игры иная – чья команда дольше удержит мяч (без бросков в кольцо), та и выигрывает. За овладение мячом игрок получает очко, по сумме которых игроки и распределяются в ранговом ряду.

Тест Г. Разведка

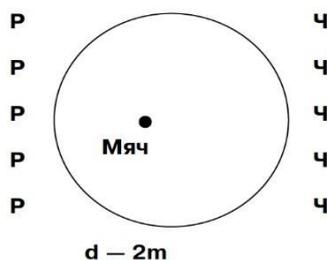


Рис. 3

Вызываются два человека (по одному из каждой команды). «Разведчик» (Р) старается взять мяч, а «часовой» (Ч) не дает этого сделать, стараясь осалить Р, пока он еще находится в кругу. Учитывается время, затраченное Р. Затем команды меняются ролями. Выигрывают те, у кого меньше касаний.

Итоговый контроль – проведение футбольного матча.

Приложение 2

3.2.Методические материалы

План-конспект занятия учебно-тренировочной группы

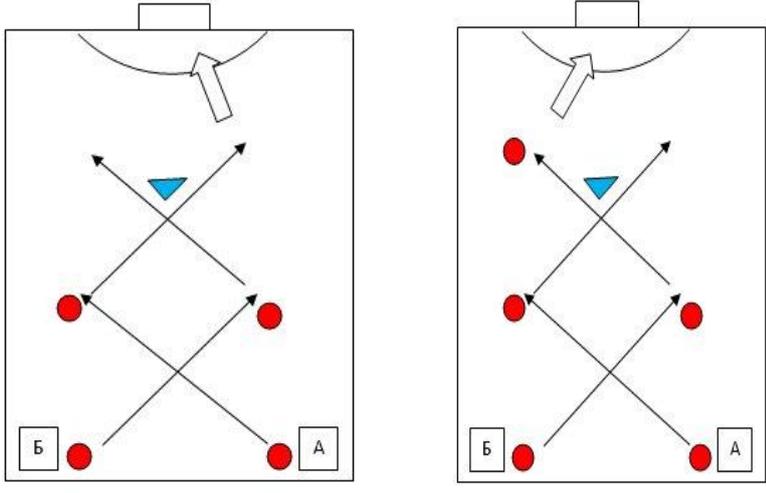
1. Тренер-преподаватель _____
2. Спортивный зал _____
3. Секция футбола
4. Возраст занимающихся: 10 – 18 лет
5. Продолжительность занятия: 45 минут
6. Тема занятия: тактическая подготовка - тактика игры в атаке
7. Цель занятия: комбинация «скрещивание»
8. Задачи:
 - Объяснить важность найгранных комбинаций
 - Показать несколько найгранных комбинаций «скрещивание» на макете футбольного поля
 - Закрепить найгранные комбинации в упражнениях и игровой форме
 - Указать на имеющиеся ошибки, способы их устранения
9. Тип урока: тренировка на открытом воздухе
- 10.Формы и методы работы: игровая, объяснение, показ (целостный и расчлененный метод).

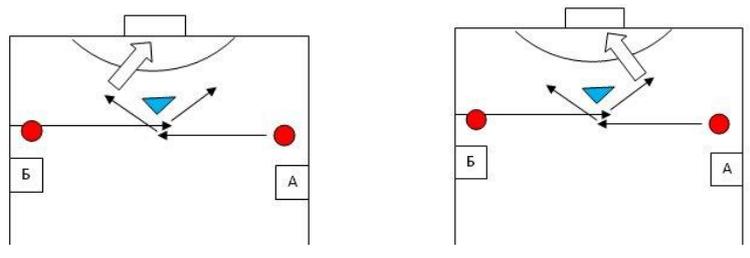
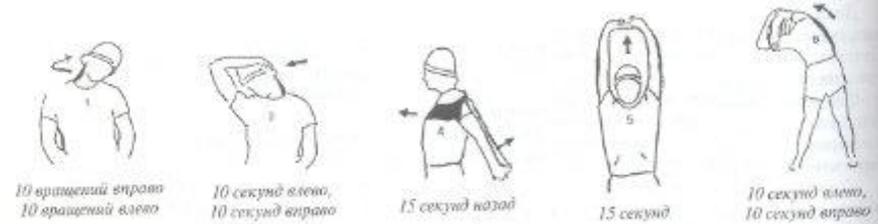
Инвентарь и оборудование: поле для мини-футбола с воротами 2х3 м и сетками, 4 переносных футбольных ворот 0,8х1,2 м, футбольные мячи № 5 (5-6 шт.), фишки и конусы.

Алгоритм действия:

- Построение группы, объяснение цели и задач тренировки;
- Разминка, подводящие упражнения;
- Объяснение важности найгранных комбинаций
- Показ нескольких комбинаций на макете футбольного поля;
- Закрепление комбинаций в упражнениях и игровой форме;
- Разбор ошибок, советы по устранению ошибок, ответы на вопросы.
- Заминка

Частичные задачи	Содержание урока	Дозировка	Примечания
I.Подготовительная часть 10 мин			
Организация занимающихся	1.Построение, сообщение цели и задач тренировки	1 мин	Обратить внимание на внешний вид
Разминка	1.Ходьба по периметру футбольного поля (поочередно: обычная, на носках, на пятках, «гусиным шагом»)	3 мин	Руки на поясе
	2.Бег в медленном темпе	3 мин	Обращать внимание на правильное дыхание, легкость бега на носках, следить за осанкой
	3. Бег с высоким подниманием бедра	2x8 м	Выполняется из положения стоя в шеренге, дистанция между занимающимися 2-3 м
	4. Бег с захлестом голени	2x8 м	То же самое
	5.Челночный бег 2x30 м	3 мин	Из положения стоя в колонне поочередно
II.Основная часть 30 минут			
Подводящие упражнения	1.Передачи мяча в парах и тройках в 1-2 касания	3 мин	
Обучение комбинации «скрещивание»	1.Объяснить суть комбинации	3 мин	Комбинация может применяться на любом участке поля, но наиболее эффективна вблизи ворот соперника. При правильном исполнении защитникам

			непросто понять, у кого из нападающих останется мяч
	2. Показать несколько вариантов комбинации на макете: а) при движении игроков навстречу друг другу; б) при движении игроков под углом друг к другу	5 мин	Обратить внимание на то, что преимущество имеет игрок, движущийся без мяча.
Упражнения для разучивания комбинации «скрещивание»	1. Комбинации при движении игроков под различным углом друг к другу: а) игрок Б без мяча оставляет мяч партнеру; б) игрок Б без мяча подхватывает мяч у партнера	7 мин	Сначала выполняется без противодействия, затем с пассивным сопротивлением защитников
			

	<p>2. Комбинации при движении игроков навстречу друг другу: а) игрок Б без мяча оставляет мяч партнеру; б) игрок Б без мяча подхватывает мяч у партнера</p>	<p>7 мин</p>	<p>Сначала выполняется без противодействия, затем с пассивным сопротивлением защитников. Игрок с мячом ведет мяч дальше от соперника ногой</p>
			
	<p>3. Игра 5x5 с закреплением комбинации «скрещивание»</p>	<p>5 мин</p>	<p>Игроки делятся на 2 группы и занимаются на разных воротах</p>
<p>III. Заключительная часть 5 мин</p>			
<p>Заминка</p>	<p>1. «Стретчинг» - повышение эластичности мышц, сухожилий, связок и суставных сумок</p>	<p>3 мин</p>	<p>Упражнения должны выполняться правильно и точно. Необходима максимальная концентрация на нагружаемую группу мышц. Обязательно статическое растягивание</p>
			

			
	<p>2.Подведение итогов занятия, домашнее задание</p>	<p>2 мин</p>	

3.3.Календарно-тематический план на _____ учебный год

«Футбол»

Группа № _____

Дни занятий: группа №1 – Два раза в неделю.

группа №2 – Два раза в неделю.

1 год обучения, количество часов в год 72

Таблица 4

№ п/п	Название темы	Коли- чество часов	Дата		Форма аттестации/ контроля	Приме- чание
			план	факт		
1	Развитие футбола в России и за рубежом.	1			Опрос, Тестирование/ входной контроль	
2	Правила игры в футбол.	1				
3	Строевые упражнения: понятие о строе, шеренге, колонне и т.д., перестроения, повороты, изменения скорости движения.	1				
4	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов (упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц шеи, для туловища, для ног, с сопротивлением).	1				
5	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов (упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц шеи, для туловища, для ног, с сопротивлением).	1				
6	Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов (упражнения для рук и плечевого	1				

	пояса, для мышц шеи, для туловища, для ног, с сопротивлением).					
7	Упражнения с предметами: с набивным мячом, с гантелями, со скакалкой, с малыми мячами).	1				
8	Упражнения с предметами: с набивным мячом, с гантелями, со скакалкой, с малыми мячами).	1				
9	Бег 30, 60, 100 м., кроссы, 6 и 12-минутный бег, спортивная ходьба.	1				
10	Упражнения на формирование правильной осанки, с удержанием груза на голове. Упражнения для мышц ног, туловища.	1				
11	Упражнение в висах и упорах.	1				
12	Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, перекаты и перевороты.	1				
13	Упражнения с мячом. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу.	1				
14	Подбрасывание мяча вверх, и ловля его; то же, с поворотом кругом.	1				
15	Бег с ускорением. Бег с высокого старта.	1				
16	Прыжки с разбега в длину. Прыжки с места в длину.	1				
17	Спортивные игры и эстафеты: с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию.	1			Практическое задание/текущий контроль	
18	Виды специальных упражнений для развития быстроты.	1				
19	Виды упражнений для развития стартовой скорости.	1				
20	Виды упражнений для развития дистанционной скорости.	1				
21	Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между	1				

	расставленными в различном положении стойками для обводки.					
22	Бег с быстрым изменением скорости.	1				
23	Упражнения на развитие быстроты. Старты из различных положений с последующим ускорением.	1				
24	Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорением, «рывками», изменением направления передвижения.	1				
25	Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°.	1				
26	Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд.	1				
27	Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с продвижением вперёд.	1				
28	Удары по мячу в стенку в максимальном темпе	1				
29	Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения.	1				
30	Упражнения на развитие силы. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы	1				
31	Упражнения на развитие выносливости.	1				
32	Промежуточная аттестация.	1			Выполнение контрольных	

					нормативов	
33	Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево.	1				
34	Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке.	1				
35	Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».	1				
36	Техника передвижения.	1				
37	Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); удары по мячу ногой.	1				
38	Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны.	1				
39	Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние.	1				
40	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы.	1				

41	Удары на точность.	1				
42	Удары по мячу головой.	1				
43	Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние.	1				
44	Удары на точность.	1				
45	Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость.	1				
46	Остановка мяча. Передача мяча. Обманные движения (финты).	1				
47	Обучение финтам. Отбор мяча.	1				
48	Перехват мяча.	1				
49	Отбор мяча в единоборстве с соперником. Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1				
50	Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.	1				
51	Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.	1				
52	Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).	1			Практическое задание/Текущий контроль	
53	Понятие о тактике и тактической комбинации.	1				

54	Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих.	1				
55	Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание.	1				
56	Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры. Тактика нападения.	1				
57	Индивидуальные действия без мяча.	1				
58	Правильное расположение на футбольном поле.	1				
59	Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.	1				
60	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.	1				
61	Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу.	1				
62	Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.	1				
63	Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.	1				
64	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	1				
65	Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом.	1				
66	Комбинация «игра в стенку». Тактика защиты. Индивидуальные	1				

	действия.					
67	Правильный выбор позиции по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча, т. е. осуществления «закрывания».	1				
68	Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».	1				
69	Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	1				
70	Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.	1			Практическое задание/Текущий контроль	
71	Итоговая аттестация. Участие в соревнованиях по футболу.	1			Футбольный матч/Итоговый контроль	
72	Итоговая аттестация. Участие в соревнованиях по футболу.	1			Футбольный матч/Итоговый контроль	

3.4. Лист корректировки

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол»

Таблица 5

Дата внесения изменений	На основании / в соответствии	Внесённые изменения (в каком разделе программы).	Кем внесены изменения (Ф.И.О. подпись)
В 2024 – 2025 учебном году	<p>Внесены изменения в НПА данной программы в соответствии с требованиями к структуре дополнительных общеобразовательных программ на основании приказа Минпросвещения России от 29.09.2023 № АБ-2935/06 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей).</p> <p>Приказа Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2012 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».</p>	Пояснительная записка	Здоров Д.В.

3.5. План воспитательной работы
в учебных группах, занимающихся
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Футбол»
 _____ учебный год

Цель воспитательной работы – воспитание личности и создание условий для активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения и самореализации, максимального удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.

Таблица 6

Направление воспитательной работы	Название мероприятия	Дата проведения	Ответственный
Семейное воспитание	Создание группы для проведения онлайн-собраний для родителей.	Сентябрь	
Гражданско – патриотическое	Посвящение в футболисты	Сентябрь	
Семейное воспитание	День открытых дверей Открытое мероприятие «Мама, папа, я – спортивная семья»	Октябрь	
Спортивно-оздоровительное воспитание	Показательные игры	Ноябрь	
Спортивно-оздоровительное	Веселые старты с элементами футбола	Декабрь	

воспитание			
Спортивно-оздоровительное воспитание	Промежуточная сдача нормативов	Январь	
Семейное воспитание	Родительское собрание по результатам полугодия	Январь	
Духовно-нравственное направление	Беседа с учащимися на тему: «Лучший друг»	Февраль	
Нравственно-эстетическое воспитание	Конкурс рисунков по тематике: «Я и футбол»	Февраль	
Гражданско-патриотическое воспитание	Просмотр документального фильма «Они были первыми»	Март	
Гражданско-патриотическое воспитание	Открытый классный час «История футбола – история России»	Апрель	
Гражданско-патриотическое воспитание	Участие в турнире посвященному дню Победы	Май	
Спортивно-оздоровительное воспитание	Чествование активных участников мероприятий	Май	
Семейное воспитание	Родительское собрание по результатам учебного года	Май	

План воспитательной работы может корректироваться в течение учебного года.

