ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: roschino.crimeaschool.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Маненко Оксана Андреевна
Действителен с: с 02.10.2025, 07:40
Действителен до: до 26.12.2026, 07:40
Ключ подписи: 00E07125CE5A079E3B08B4CF85EDA0D767

РЕСПУБЛИКА КРЫМ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА АДМИНИСТРАЦИИ ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РОЩИНСКАЯ ШКОЛА-ДЕТСКИЙ САД»
ДЖАНКОЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКА КРЫМ

СОГЛАСОВАНО
на заседании
педагогического совета
протокол № 15
от «28» августа 2026г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
«Рощинская школа – детский
сад» _____ О. А. Маненко
Приказ № 275
от «31» августа 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «АЗБУКА ФУТБОЛА»

Направленность – физкультурно-спортивная
Срок реализации программы – 1 год
Вид программы - модифицированная
Уровень – базовый
Возраст обучающихся – 10-12, 13-14**,** 15-17 лет
Составитель: Кирейчик Виктор Борисович,
педагог дополнительного образования
МБОУ «Рощинская школа-детский сад»
Джанкойского района Республики Крым

с. Рощино, 2026г.

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Формирование здорового образа жизни – одно из важнейших направлений деятельности педагогов. Самым действенным способом формирования ЗОЖ является целенаправленная двигательная деятельность обучающихся. Исследования показывают, что в последнее время из-за высокого уровня компьютеризации в школе и дома у большинства обучающихся наблюдается дефицит двигательной активности.

Футбол – мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Нормативно-правовая основа программы:

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

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

– Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

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

– Указ Президента Российской Федерации от 9.11.2022 № 809«Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

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

– 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»;

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

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 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 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 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);

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

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

– Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № 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 31.07.2023 № 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 Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 № 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»;

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

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

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

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

– Устав МБОУ «Рощинская школа-детский сад»;

– Положение о дополнительном образовании в МБОУ «Рощинская школа-детский сад», утвержденное приказом по школе от 09.01.2024г. №11;

– Положение о разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в МБОУ «Рощинская школа-детский сад», утвержденное приказом по школе от 01.09.2023г. №341;

Положением о календарно-тематическом планировании педагога дополнительного образования МБОУ «Рощинская школа-детский сад», утвержденное приказом по школе от 01.09.2023г. №341.

Направленность программы «Азбука футбола» - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть обучающихся занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить задачи подросткового этапа развития, полноценно встраиваться в коллектив, адаптироваться к социуму. Кроме того, недостаточный уровень физической подготовки не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа обучающихся к систематическим занятиям по футболу для повышения уровня физической подготовленности.

Новизна и отличительные особенности программы 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.

Педагогическая целесообразность программы в том, что такой вид спорта как футбол позволяет формировать волевые и моральные качества. Игра требует подчинению правилам, которые воспитывают справедливость, честность, уважение к партнерам. В процессе занятий футболом воспитываются такие личностные качества как тактическое мышление, внимание, быстрота реакции, элементы творчества. Дети, занимающиеся игровыми видами спорта, легче приспосабливаются к жизни, менее конфликтны и умеют плодотворно работать в «команде». Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм детей. Футбол развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки. Круглогодичные занятия футболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость организма к заболеваниям и усиливают его адаптационные возможности. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни.

Адресат программы: Программа кружка «Азбука футбола» рассчитана на обучающихся 10-18 лет. Состав групп – разновозрастной. Психологический климат в группах позволяет каждому ребенку раскрыть свои способности, получить удовлетворение от занятий, почувствовать поддержку и помощь старших товарищей.

Условия набора детей в кружки: принимаются все желающие при наличии документа о допуске к занятиям по состоянию здоровья. Наполняемость в группах составляет 20-23 человека. Специальных знаний и навыков для начала обучения не требуется.

Срок реализации программы – 1 год – 238 часов.

Уровень программы – базовый.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса: При реализации программы «Азбука футбола» базового уровня юные спортсмены изучают основы техники футбола, индивидуальную и элементарную групповую тактику игры, осваивают процесс игры согласно правилам «Мини футбола», получают теоретические сведения о технике, тактике и правилах игры в футбол. Подготовка юных футболистов состоит из разных видов спортивной подготовки: - Физическая подготовка; - Техническая подготовка; - Тактическая подготовка; - Психологическая подготовка. Существует ряд специфических принципов спортивной подготовки футболистов: - принцип постепенного и максимального увеличения тренировочных нагрузок, - принцип волнообразных нагрузок, - принцип специализации, - принцип разносторонности (физическая, тактическая, техническая, психологическая и теоретическая подготовка), - принцип постепенности, - принцип повторности, - принцип индивидуализации. При организации учебного процесса используются различные формы организации деятельности: групповые занятия, тематические консультации, соревнования, игры, тренировки, онлайн занятия (по санитарно-эпидемиологической обстановке) и т.д.

Режим занятий: Занятия проводятся 1, 2 группы 2 раза в неделю по 1 академическому часу, 3 группа 3 раза в неделю по 1 часу согласно расписанию; подготовка и участие в соревнованиях – в соответствии с календарем соревнований.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы «Азбука футбола» - достижение максимально возможного уровня технико-тактической, физической и психологической подготовленности, обусловленной спецификой футбола и требованиями достижения максимально высоких результатов в соревновательной деятельности.

Задачи, решаемые в процессе подготовки футболистов:

Обучающие:

- обучить основам техники игры в футбол;
- сформировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах; • познакомить с правилами игры в футбол. Развивающие:
- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом;
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.;
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:

- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратности, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни;
- воспитывать морально-нравственные качества;
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма.

1.3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ

Воспитательная работа в рамках программы «Азбука футбола» направлена на воспитание моральных и волевых качеств подростков, формирование здорового образа жизни.

Футбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Общая физическая подготовка – это процесс физического воспитания, создающий общие предпосылки для высокопродуктивного труда человека в любой сфере. Специальная физическая подготовка направлена на подготовку к конкретной профессиональной или спортивной деятельности.

1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.4.1. Учебный план

№	Тема	Всего (ч)	Теория	Практика	Формы контроля/ аттестация
Теоретические занятия					
1	Вводное занятие. История развития футбола.	8	8	-	тестирование
2	Профилактика травматизма при занятиях футболом	15	15	-	тестирование
Практические занятия					
3	Общая физическая подготовка	70	-	70	Контрольные нормативы
4	Специальная физическая подготовка	40	-	40	Контрольные нормативы
5	Техническая подготовка	70	-	70	Контрольные нормативы
6	Тактика игры в футбол	30	-	30	Контрольные нормативы
7	Участие в соревнованиях	5	-	5	Соревнования
	ИТОГО	**238**	**23**	**215**	

1.4.2. Содержание учебного плана

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Теория. Физическая культура и спорт в России. История российского футбола. Развитие футбола в России и за ее пределами. Основные сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена и закаливание юного футболиста. Общий режим дня и режим питания. Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена.

2. ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ФУТБОЛОМ.

Теория. Основные причины травм в футболе. Основные виды травм: травмы ног, травмы рук, повреждение кисти и запястья, вывихи. Как свести травматизм к минимуму. Для профилактики травм при изучении упражнений в футболе рекомендуется на каждой тренировке включать упражнения по укреплению связочного аппарата голеностопного сустава.

3. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Практика. Общеразвивающие упражнения в парах, тройках и группах. Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением. Игры с элементами сопротивления. Упражнения с предметами. Равномерно-переменный бег. Бег на выносливость. Прыжки в высоту и длину с места. Элементы акробатики. Игры и эстафеты с мячом.

4. СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Практика. Упражнения для развития силы. Пробежка коротких дистанций. Челночный бег. Подвижные игры с элементами футбола. Ускорения и рывки с мячом. Упражнения для вратарей. Подвижные игры и упражнения для развития быстроты. Прыжки с имитацией ударов головой и ногой. Доставание подвешенного мяча головой, ногой, в прыжке с места, с разбега. Элементы акробатики. Жонглирование мячом. Полоса препятствий. Подвижные игры и упражнения для развития ловкости. Упражнения на равновесие. Подвижные игры на координацию движений. Подвижные игры на развитие двигательных качеств. Упражнения для развития выносливости.

5. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Практика. Передвижения, совмещение бега с прыжками, остановками, поворотами. Приемы передвижения с мячом. Удары по мячу ногой (правой, левой): внутренней стороной стопы, внешней и внутренней частями подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары низом и верхом, вперед и в стороны. Удары после остановок и ведения мяча. Жонглирование мячом в произвольной последовательности и удары внутренней стороной стопы по летящему мячу. Удары по мячу носком, пяткой (назад). Удары головой по мячу с места, с разбега и в прыжке. Остановка мяча. Остановка катящегося и опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка грудью летящего навстречу мяча. Ведение мяча внешней частью подъема, внутренней частью подъема, правой и левой ногой по прямой, между стойками, между движущимися партнерами. Ведение мяча с изменениями скорости бега, ускорением и рывками. Ложные движения (финты). Наиболее простые и доступные финты: ложный замах ногой для удара по мячу; откатывание мяча подошвой, рывок с мячом. Отбор мяча. Перехват мяча, выбивание мяча, толчки плечом. Вбрасывание мяча различными способами. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в стороны. Укрывание мяча от противника. Ловля летящего навстречу и в стороны мяча. Ловля мяча с падением в сторону. Броски мяча одной и двумя руками. Выбивание мяча ногой с земли, из рук.

6. ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

Практика. Тактика игры в нападении. Выбор места для получения мяча. Своевременная и точная передача мяча открывшемуся партнеру. Ведение мяча и удары поворотом. Выбор места вблизи ворот соперника без нарушения правил, умение взаимодействовать с партнерами при численном преимуществе над защитниками. Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях. Индивидуальные действия: маневрирование на поле, «открывание» для приема мяча, отвлекание соперника. Групповые действия: взаимодействие двух и более игроков, взаимодействие с партнерами во время организации атаки. Тактика игры в защите. Умение перехватить мяч, бороться за мяч, отбирать мяч, страховать партнера, правильно располагаться при выполнении штрафного и углового

ударов у своих ворот. Тактика игры вратаря. Выбор места в воротах в зависимости от места и угла удара. Выполнение с защитниками комбинации при введении мяча в игру ударом от ворот. Правильный выбор места при угловом ударе.

7. УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ

1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты:

– выполнять ведение, передачу, прием мяча, нападающие удары по воротам;

– обладать тактикой атаки и обороны;

– самостоятельно применять все виды перемещения, как с мячом, так и без мяча.

Метапредметные результаты:

- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и психологических качеств, их гармоничное сочетание;
- повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма.

Личностные результаты:

- развитие эмоциональной сферы, нравственно-волевых черт, коммуникативных способностей;
- оздоровление и физическое развитие детей, формирование ценностного отношения к своему здоровью и физической культуре.

Учащиеся должны знать:

- Историю развития футбола в России и за ее пределами;
- Основные сведения о строении и функциях организма человека;
- О гигиене и закаливании юного футболиста;
- Общий режим дня и режим питания;
- Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена;
- Правила игры в футбол;

Учащиеся должны уметь:

- Выполнять общеразвивающие упражнения без предметов, с мячом, акробатические, легкоатлетические упражнения;
- Выполнять специальные упражнения для развития быстроты, ловкости, для равновесия;
- Выполнять удары по мячу головой, ногой, ложные движения;
- Вести, останавливать, отбирать мяч;
- Владеть тактикой игры в нападении, защите и тактикой игры вратаря;
- Выполнять нормативы по физической подготовке и технике игры в футбол.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало учебного года – 01 сентября 2026 года.
Окончание учебного года – 26 мая 2027 года.
Первое полугодие – с 01 сентября 2025года по 30 декабря 2026 года.
Второе полугодие – с 11 января 2027 года по 26 мая 2027 года
Продолжительность учебного года – 34 недели.
Учебные занятия проводятся согласно расписанию.

№ группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1	01 сентября 2026 года	26 мая 2027 года	34	2	68	2 р./в неделю по 1 часу
2	01 сентября 2026 года	26 мая 2027 года	34	2	68	2 р./в неделю по 1 часу
3	01 сентября 2026 года	26 мая 2027 года	34	3	102	2 р./в неделю чт.- 1ч., пт. – 2 ч.

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы используется оборудование, полученное в рамках проекта «Успех каждого ребенка».

Имеются следующие материально-технические условия:

Спортивный зал
Стадион
Ворота футбольные уменьшенные переносные (4 шт.)
Мяч футбольный (10 шт.)
Мяч мини-футбольный соревновательный (10 шт.)
Манишка (2 цвета по 14 штук, всего 28 шт.)
Свисток (3 шт.)
Секундомер (2 шт.)
Фишки (конусы) (25 шт.)
Корзина для мячей (1 шт.)
Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами (5 шт.)
Скамейка гимнастическая (2 м) (2 шт.)
Гантели массивные (1 кг) (20 шт.)
Скакалка (1 шт.)
Утяжелитель для ног (6 шт.)
Утяжелитель для рук (6 шт.)
Сетка для переноски мячей (2 шт.)

Информационное обеспечение

Фото, видео о ведущих футболистах и футбольных клубах России и мира, в том числе детских в интернет источниках.

Кадровое обеспечение

Разработка и реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Азбука футбола» осуществляется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее образование, обладающим профессиональными знаниями в данной области.

Методическое обеспечение

Используемые методические пособия:

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 2004.
2. Бетти Э. Современная тактика футбола. Пер. с англ. М., «Физкультура и спорт», 1974.
3. Все о футболе (страны, клубы, турниры, футболисты, тренеры, судьи). М., «Физкультура и спорт», 1972.
4. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера II этап(11-12 лет).- М.: Олимпия. Человек, 2007.204.
5. Лясковский К.П. Техника ударов. М., «Физкультура и спорт», 1973.
6. Подготовка молодого футболиста. Под ред. Я.Палфан. М., «Физкультура и спорт», 1973.
7. Правила игры в футбол. М., «Физкультура и спорт», 1976.

Виды дидактических материалов:

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала используются наглядные пособия следующих видов:

- звуковой (аудиозаписи на CD носителях, флеш картах);
- картинный и картинно-динамический (фотоматериалы);
- смешанный (видеозаписи занятий);
- дидактические пособия (карточки).

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Формы подведения итогов

- контрольные и товарищеские игры;
- соревнования на первенство района, Республики Крым;
- контрольные тесты и нормативы.

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

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ И ТЕХНИКЕ ИГРЫ В ФУТБОЛ

Нормативы	**возраст**										
	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
Общая физическая подготовка											
Бег 30 м (сек)	6,0	5,6	5,3	5,1	4,9	4,7	4,6	4,4	4,3	4,2	4,1
Бег 300 м (сек)			60,0	59,0	57,0						
Бег 400 м (сек)						67,0	65,0	64,0	61,0	59,0	58,0
6-минутнный бег					1400	1500					

12-минутный бег							3000	3100	3150	3200	3250
Прыжок в длину с места (см)	150	155	160	170	180	200	220	235	240	250	255
Тройной прыжок в длину с места (см)			450	460	520	560	600				
Пятикратный прыжок (м)								12,0	12,5	13,0	13,5
Специальная физическая подготовка											
Бег 30 м с ведением мяча (сек)		7,0	6,4	6,2	6,0	5,8	5,4	5,2	4,8	4,6	4,5
Удар по мячу на дальность - сумма ударов правой и левой ногой					45	55	65	75	80	85	90
Бег 5х30 с ведением мяча						30,0	28,0	27,0	26,0	24,0	23,0
Техническая подготовка (для полевых игроков)											
Удар по мячу ног. на точн. (число попаданий)			6	7	8	6	7	8	6	7	8
Вед. мяча, обвод. стоек и удар по ворот.						10,0	9,5	9,0	8,7	8,5	8,3
Жонглирование мячом (кол-во раз)			8	10	12	20	25				
Техническая подготовка (для вратарей)											
Удары по мячу ног. с рук на дальность						30	34	38	40	43	45
Доставание подвеш. мяча в прыжке(см)						45	50	55	58	60	62
Бросок мяча на дальность (м)						20	24	26	30	32	34

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

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагога:

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 2004. 2. Бетти Э. Современная тактика футбола. Пер. с англ. М., «Физкультура и спорт», 1974.
2. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера II этап(11-12 лет).- М.: Олимпия. Человек, 2007..
3. Лясковский К.П. Техника ударов. М., «Физкультура и спорт», 1973.
4. Подготовка молодого футболиста. Под ред. Я.Палфан. М., «Физкультура и спорт», 1973.
5. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ. М., 1981.

6. Футболист в игре и тренировке. Под ред. С.А.Савина. М., «Физкультура и спорт», 1975.
7.Физическая культура. Образовательная программа и учебно-методические материалы для всех специальностей академии права и управления. — М.: Академия права и управления, 2005. — 16 с.
8. Шарипов А.Н. Предупреждение травматизма на занятиях по физической подготовке и оказание первой помощи. [Текст]: методическое пособие по курсу «Физическая подготовка»./ Шарипов А.Н. , Борзых С.Э., Филатов А.В. — Пермь: Изд-во Перм. Военн. Инст-та ВВ МВД России, 1997. — 50 с.
9. Хван Т.А. Безопасность жизнедеятельности. Учебное пособие по курсу «Безопасность жизнедеятельности» / Т.А. Хван, П.А. Хван; Министерство общего и профессионального образования. - Ростов-на-Дону: Изд-во «Феникс», 2000. — 352 с.

Литература для обучающихся:

1. Все о футболе (страны, клубы, турниры, футболисты, тренеры, судьи). М., «Физкультура и спорт», 1972.
2. Правила игры в футбол. М., «Физкультура и спорт», 1976.

Литература для родителей:

1. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. М., «Физкультура и спорт», 1975.

Раздел №3. Приложения

3.1. ОЧЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка индивидуального развития детей производится в рамках педагогической диагностики (оценки индивидуального развития детей дошкольного возраста, связанной с оценкой эффективности педагогических действий и лежащей в основе их дальнейшего планирования). Данное мероприятие даёт возможность объективной оценки развития двигательных качеств. Система тестов представляет собой мероприятия по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья и физического развития детей на достаточно продолжительном отрезке времени. Как непрерывный процесс наблюдения за детьми. Мониторинг позволяет фиксировать различные показатели физической подготовленности в определённые моменты, своевременно оценивать характер их изменений, осуществлять прогноз и предупреждать нежелательные тенденции в физическом развития.

Способы проверки освоения программы - диагностическая карта определения уровня сформированности хореографических умений и навыков у детей.

Оценка техники освоения элементов спортивной игры футбол

№ п/п	Ф.И. ребенка	Начало обучения			Конец обучения		
		Ведение мяча	Передача мяча	Удары по мячу	Ведение мяча	Передача мяча	Удары по мячу

№ п/п	Ф.И. ребенка	Перебрасывание мяча друг другу	Забивание мяча в ворота	Ведение мяча змейкой и с изменением направления	Ведение с ударом по воротам	Передача мяча ногой по кругу	Ведение мяча вокруг себя
		Н/К	Н/К	Н/К	Н/К	Н/К	Н/К

ТЕСТЫ ПО ФУТБОЛУ

Тест 1

1. Какая страна считается родиной футбола? А) Португалия Б) Англия В) Испания Г) Бразилия

2. Сколько размеров футбольных мячей существует? А)1 Б) 3 В) 5 Г) 11

3. Что в переводе с английского означает слово «футбол»? А)«Ручной мяч» Б)«Мяч для ноги» В)«Бей ногой» Г)«Мячом и ступней»

4. Как называется гол, который футболист забил в свои ворота? А)«Мертвый мяч» Б)Автогол В)Ложный маневр Г) Оффсайд

5. Кто забил больше всех голов в футболе? А) Марадонна Б) Пеле В) Криштиану Роналду Г) Лионель Месси

6. УЕФА расшифровывается как: А) Содружество европейских футбольных абсорбций Б) Союз европейских футбольных ассоциаций В) Собрание европейских футбольных ассоциаций.

7. Как называется самая почетная персональная награда для футболиста? А) Золотой мяч Б) Кубок чемпиона В) Золотая бутса

8. Когда назначается угловой удар? А) Мяч, коснувшийся игрока обороняющейся команды, пересек линию ворот, а гол забит не был Б) Игрок обороняющейся команды получил желтую карточку в штрафной площади В)Мяч, коснувшийся игрока атакующей команды, пересек боковую линию Г) По желанию главного судьи

9. Сколько желтых карточек допускается получить игроку за одну игру? А) Одну Б) Две В) Три Г) Ни одной.

10. Болельщики какой футбольной команды свой сайт в Интернете назвали «bronepoezd.ru»? А) Локомотив Б) Сатурн В) Торпедо Г) Крылья Советов

11. Прозвище какого великого футболиста является производным от португальского слова, означающего «босоногий футболист»? А) Пеле Б) Криштиану Роналду В) Роберто Карлос Г) Пауло Дибала
12. Какой футбольный клуб, один из сильнейших в мире, носит название денежной единицы? А) «Милан» Б) «Реал» В) «Ювентус» Г) «Шальке-04»
13. Как называется самый престижный турнир для европейских футбольных клубов? А) Лига Европы Б) Лига Чемпионов В) Лига Нации Г) Кубок УЕФА
14. Какая команда выигрывала Лигу Чемпионов 3 года подряд? А) Барселона Б) Реал Мадрид В) Милан Г) Ливерпуль
15. Игрок находится в положении "офсайд", если... А) Он получил мяч, находясь в штрафной площади Б) Он ближе к линии ворот соперника, чем мяч, а также предпоследний игрок соперника В) Он ближе к воротам, чем вратарь соперника Г) Он ближе к воротам, чем последний игрок соперника
16. Кто из футболистов получил прозвище называли "зубастик"? А) Роналдо Б) Рональдиньо В) Кака Г) Ривалдо
17. Что такое «удар в молоко»? А) Удар сильно выше ворот Б) Удар по воротам В) Удар в левую/правую сторону от ворот
18. Какой вратарь за свою карьеру забил больше, чем многие полевые игроки? А) Хосе Луис Чилаверт Б) Рожерио Сени В) Игорь Акинфеев Г) Вячеслав Малафеев
19. Сколько замен может проводить тренер во время основного игрового времени, согласно правилам ФИФА? А) 2 Б) 1 В) 3 Г) 4
20. Кто является на данный момент тренером Сборной России? А) Станислав Черчессов Б) Хиддинк Гус В) Слуцкий Л.В. Г) Юпп Хайнкес
1б 2в 3г 4б 5б 6б 7в 8а 9а 10а 11а 12б 13б 14б 15б 16а 17а 18а 19в 20а

Тест 2

1.Какая страна считается родиной футбола? А. Бразилия. Б. Англия. В. Италия. Б
2.В каком году проходил Чемпионат мира по футболу в России? А. 2018г. Б. 2010 г. В. 2002 г. А
3.Чемпионат мира по футболу проводиться: А. раз в 4 года. Б. каждый год. В. Раз в 2 года. А
4. В каком году проходил первый Чемпионат мира по футболу ? А.1941г. Б. 1930г. В.1925 г. Б
5. Состав команды для игры в футбол: А. 10 ч. Б.11 ч. В. 5 ч. Б
6.Сколько длиться тайм в футболе ? А. 30 мин. Б. 20 мин. В. 45 мин.В
7. . В каком году футбол включили в программу Олимпийских игр? А. 1914 г. Б. 1898 г. В. 1908 г. В

3.2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФУТБОЛУ

Общие требования безопасности

1. К занятиям по футболу допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм: — при падении на скользком грунте или твердом покрытии; — при нахождении в зоне удара; — при наличии посторонних предметов на поле; — при слабо укреплённых воротах; — при игре без надлежащей формы (щитки, бутсы и т.д.)
3. У тренера-педагога должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

4. Занимающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры. Требования безопасности перед началом занятий. 1. Надеть спортивную футбольную форму и специальную обувь. 2. Тщательно проверить отсутствие на поле посторонних предметов. 3. Провести физическую разминку. 4. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в футбол.

Требования безопасности во время занятий.

1. Во время занятий на поле не должно быть посторонних лиц.
2. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях футболист должен уметь применять приёмы само страховки.
3. Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы. 4. Знать правила игры.

Требования безопасности по окончании занятий.

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
4. О всех недостатках, отмеченных во время занятия-игры, сообщить педагогу- тренеру.

Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю -тренеру.
2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру.
3. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

Список футбольных терминов по алфавиту

Арбитр – футбольный судья
Атака – продвижение футболистов с мячом к воротам соперника
Аут – выход мяча за боковую линию поля
Аутсайд – крайний нападающий, играющий на одном из флангов
Боковая линия – край футбольного поля
Бомбардир – игрок, забивающий большое количество мячей
Бровка – край поля
Бутса – обувь футболистов для игры, имеющая несколько шипов
Вбрасывание мяча – прием, в ходе которого игрок должен руками отправить мяч из-за боковой линии
Висеть на сопернике – плотно опекать футболиста команды противнике
Вратарь – игрок, защищающий ворота команды
Вратарская площадь – площадь вблизи ворот, внутри штрафной площади, где запрещен любой контакт игроков соперников с вратарем.
Второй этаж – игра головой
Вынос – сильный удар по мячу, игроком обороняющейся команды с целью послать мяч как можно дальше от своих ворот.
Гол – пересечения мячом линии ворот, в случае если не были нарушены правила игры
Голкипер – вратарь
Девятка – верхний правый или левый угол футбольных ворот
Дисквалификация – запрет игроку или команде принимать участие в официальных матчах на определенный срок
Дополнительное время – время, назначенное, после прохождения двух таймов, при ничейном результате с целью выявить победителя встречи. Обычно 2 тайма по 15 минут
Жеребьевка – событие, в ходе которого определяется порядок выступление футбольных команд в соревновании
Замена – уход с поля одного игрока команды и выход на его место другого
Защитник – футболист, играющий в оборонительной линии

Капитан – игрок команды, выполняющий роль ее лидера. Капитан на футбольном поле носит повязку на руке.
Крайний защитник – игрок, выступающий в оборонительной линии команды на одном из флангов Линия ворот – линия, при пересечении которой мячом, засчитывается гол
Матч – состязание между двумя футбольными командами, за отведенное по футбольным правилам и арбитром встречи время
Мяч – спортивный снаряд, предназначенный для игры в футбол
Навес – передача мяча по воздуху Нападающий – игрок футбольной команды, занимающий место в линии атаки
Овертайм – дополнительное время
Опека – тактика игры, при которой защитник преимущественно играет в отведенной ему зоне (зональная опека) или играет как можно ближе к одному из игроков команды противника (персональная опека)
Отбор мяча – футбольный прием, заключающийся в отборе мяча у соперник
Пас – передача мяча одним игроком команды другому
Пенальти – 11 метровый штрафной удар, назначается за нарушение правил защищающейся командой в пределах штрафной площади
Передача – пас
Подкат – отбор мяча, при котором игрок защищающейся команды в падении, выбивает мяч из под ног соперника
Поле – место, на котором проходят футбольные матчи
Полузащитник – игрок средней линии команды
Рефери – судья, арбитр
Стадион – спортивная постройка, на которой проходят матчи
Створ ворот – площадь внутри ворот, которая не включает перекладину и штанги
Тайм – половина основного времени матча, состоящая из 45 минут
Угловой удар – подача мяча с правого или левого угла футбольного поля
Удаление – исключение футболиста из участников встречи
Финал – матч команд в заключительной части соревнования, в этом матче определяется победитель турнира
Финт – футбольный прием, исполняемый футболистом для обыгрыша соперника
Фол – нарушение правил игры Форвард – нападающий
Хет-трик – три мяча забитых игроком в одном матче
Чемпионат – соревнование, в котором все участники играют между собой
Шестерка – нижний правый или левый угол ворот
Штанга – боковая стойка ворот
Штрафной удар – удар, исполняемый после нарушения правил соперником
Эмблема – символическое или условное изображения футбольного клуба

Беседы с детьми для знакомства с игрой футбол

Беседа: Футбол – одна из самых популярных и любимых игр в мире

- Ребята, сегодня мы поговорим об одной очень увлекательной игре, а о какой – попробуйте отгадать!

Знаю я секрет один:
Есть волшебный витамин.
Не едят его, не пьют,
А кидают, и бросают,
И ногами сильно бьют. Ч
то это за витамин?

В какой игре его бьют ногами? Правильно: футбольный мяч! Вот он, какой пестрый и красивый!

Футбол – самая древняя игра. Название этой игры происходит от двух английских слов: «фут» - ступня и «бол» - мяч, т. е. в этой игре по мячу бьют ногой. В отличие от всех других видов спорта, футбол – самый консервативный. Правила игры за 200 лет почти не изменились. В них не было двух очень существенных положений, без которых современный футбол не мыслим: 11- метрового штрафного удара, называемого пенальти, и судьи в поле. В прежние времена он руководил действиями футболистов с трибуны.

А какие футбольные клубы в нашей стране вы знаете? Кто из наших футболистов известен всему миру? Да, это наш вратарь Лев Яшин.

В футбол любят играть не только мальчики, но и девочки. Сейчас во многих городах появляются женские футбольные команды. Взлетит и упадет на землю мяч. И снова взлетит… статистика утверждает, что в любую секунду дня на земном шаре в воздухе одновременно находятся пятьдесят таких мячей. И один из них ваш.

Беседа: Учимся играть в футбол (о технике игры в футбол)

- Ребята, вы смотрели по телевизору футбольный матч вместе с папой? Вы видели, сколько болельщиков на трибунах?

И снова мы спешим на стадион –
И никуда от этого не деется. Кто магией футбола увлечен
Того не покидает детство.

А почему футбол привлекает столько зрителей? Да потому, что футболисты, как артисты, демонстрируют свои таланты, соревнуются в умении вести мяч, бить по нему. Хотите поиграть? Начертите на асфальте большой круг.

Возьмите мяч. А теперь постарайтесь ногой вести мяч по кругу, не сходя с линии. Мяч укатился далеко за круг? Не расстраивайтесь: у вас все впереди. Если хотите стать футболистами, вы должны научиться управлять мячом, а не мяч должен управлять вами. Помогут вам мои советы. Перемещение игрока.

Играя в футбол, вы должны уметь выполнять перемещения в виде ходьбы, медленного бега, бегать лицом и спиной вперед, приставными искрестными шагами в сторону, прыгать, владеть своим телом, внезапно останавливаться и поворачиваться во время бега и на месте.

Удары по мячу. Ударами забивают мяч в ворота соперника, ударами же передают мяч партнеру, ведут мяч.

Футболисты применяют удары по мячу ногой и головой (в старшем возрасте). Удар внутренней стороной стопы – самый точный из всех ударов. При ударе с места надо наклонить туловище над мячом, ногу отвести для замаха назад и затем внутренней стороной стопы ударить по мячу. Такой удар можно выполнить и с разбега. Чем ниже к мячу будет приложена сила удара, тем круче вверх он поднимется, и наоборот.

Если выполняется удар подъемом ноги, то по мячу можно ударить серединой, внутренней и внешней частью подъема. Удар серединой подъема отличается большой скоростью полета мяча. Он выполняется с разбега. Опорная нога ставится сбоку от мяча. У бьющей ноги носок оттянут. При ударе опорная нога приподнимается на носок, чтобы бьющая нога не задела носком землю.

Для удара внешней частью подъема нужно в момент замаха повернуть бьющую ногу носком внутрь. Удар внутренней частью подъема – самый распространенный. Он выполняется так же, как и серединой подъема. Но в последний перед ударом момент надо развернуть носок ноги.

Удары могут выполняться по неподвижному мячу, катящемуся, летящему и отскочившему от земли мячу. Удар по движущемуся мячу выполнить труднее, чем по неподвижному, потому что в этом случае нужно согласовывать свои движения с движениями мяча во времени и расстоянию.

Остановка катящегося мяча дает возможность игроку овладеть им и продолжать дальнейшее игровое действие: передачу, ведение мяча, удар по воротам. Самое главное при остановке мяча – чтобы он не отскочил от ноги игрока. При остановке катящегося мяча

внутренней стороной стопы тяжесть тела приходится на опорную ногу. Останавливающая нога выносится немного вперед и при соприкосновении с мячом делает отступающее движение назад до уровня опорной. Скорость мяча гасится, и он останавливается. Остановка катящегося мяча подошвой. Принимающая нога, согнутая в колене, выносится навстречу мячу. Носок приподнят, пятка находится над землей на расстоянии 5 – 10 см от нее. При соприкосновении с мячом принимающая нога выполняет отступающее движение назад и гасит скорость мяча. Остановить опускающийся мяч можно подошвой и внутренней стороной стопы. Ведение мяча.

Вести мяч можно как бегом, так и шагом, ударяя его одной ногой или поочередно: то правой, то левой. При ведении мяча по прямой линии наиболее удобно наносить удары внешней частью подъема стопы, а по кривой – внутренней частью подъема.

Чтобы отобрать мяч, нужно угадать намерение соперника, владеющего мячом, и послать ногу навстречу мячу. При этом старайтесь не толкнуть соперника, не ударить его по ноге.

Вбрасывание мяча. Если во время игры мяч ушел за линию поля, то выполняется вбрасывание мяча из-за боковой линии: взять мяч обеими руками; пальцы расставлены, ноги – в положении небольшого шага или параллельно; поднять мяч вверх, слегка прогнуться назад и потом быстро бросить его своему игроку, выпрямляя руки.

Беседа: Умейте нападать, умейте защищать! (Техника игры в футбол)

- Вы уже многому научились из того, что должен уметь настоящий футболист. Попробуем поиграть! В игре вы можете быть как нападающим, так и защитником. Мяч у тебя или у игрока из твоей команды. Вы нападаете на ворота соперника. В этом случае, вы – нападающие. Ваша команда забьет гол в ворота, если вы будете разыгрывать мяч, т.е. передавать его друг другу, приближаясь к воротам соперника. Ура! Гол! Все получилось. Вы – настоящая команда.

Теперь мяч переходит к команде, которой вы забили гол. Задача вашей команды – защищать свои ворота, чтобы вам не забили гол. Теперь ты и твоя команда – защитники. Попробуй отобрать мяч, не толкнув соперника. Если заметил, что мяч летит или катится к игроку – сопернику, который находится недалеко от тебя, попытайся перехватить, отобрать мяч, защитить свои ворота. Твои ворота и ворота соперника защищает вратарь. Это очень важный игрок в команде. Кроме владения основными приемами полевых игроков, он должен уметь ловить, отбивать, вводить мяч в игру.

При ловле высоко летящего мяча в прыжке вратарь одновременно с прыжком поднимает вверх прямые руки с широко расставленными пальцами. Когда мяч коснется пальцев рук, вратарь обхватывает его и прижимает к груди.

Если мяч катится по земле на вратаря, то он должен согнуть ноги, наклониться и ловить мяч прямыми руками с обращенными вперед ладонями. Отбивают мяч в тех случаях, когда при попытке поймать его можно допустить ошибку. Отбивать лучше двумя кулаками, но, если это неудобно, можно и одним. Ввести мяч в игру можно броском: руками вверх, сбоку, снизу, а также ударом ноги. В ваши ворота забили гол. Поддержи вратаря, скажи ему что-нибудь ободряющее, чтобы он не пал духом. Вы – одна команда! Вам так нравится эта удивительная игра – футбол!

3.3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Название кружка - «Азбука футбола» -группа 10-12 лет, группа 13-14 лет

№	Название темы занятия	Количество часов	Дата по расписанию	Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректировка)

			По плану	По факту		
1	ТБ на уроках футбола. Подвижные игры и эстафеты с мячом.	1				
2	Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля.	1				
3	Ускорения и рывки с мячом. Жонлирование.	1				
4	Сочетание бега с прыжками,остановками, поворотами.	1				
5	Правила игры в футбол. История футбола.Ведение мяча.	1				
6	Ведение мяча по прямой и с обведением препятствий.	1				
7	Остановки мяча внутренней стороной стопы.	1				
8	Ведение мяча средней частью подъема. Остановка подошвой.	1				
9	Ведение внутренней и внешней частью подъема.	1				
10	Отвлекающие действия (финты)	1				
11	Отбор мяча атакуя соперника спереди.	1				
12	Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления.	1				
13	Выдающиеся футболисты.	1				

14	Стойка на голове из упора присев толчком двух ног.	1				
15	Остановки мяча: подошвой, внутренней стороной стопы, бедром.	1				
16	Ускорения и рывки с мячом.	1				
17	Отвлекающие действия (финты) «уходом», «остановкой»	1				
18	Прыжки с имитацией удара головой.	1				
19	Индивидуальные действия в нападении. Маневрирование.	1				
20	Выбор момента и способа действия для перехвата мяча.	1				
21	Различные приемы ведения мяча.	1				
22	Удары по мячу на точность и дальность.	1				
23	Остановки мяча внутренней стороной стопы, бедром, подошвой.	1				
24	Совершенствование приемов отбора мяча.	1				
25	Различные виды жонглирования мячом (ногой, головой, бедром).	1				
26	Ведение мяча ранее изученными приемами.	1				
27	Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом	1				
28	Удары по мячу подъемом на точность и дальность.	1				
29	Передачи мяча внутренней стороной	1				

	стопы в парах и тройках.					
30	Отвлекающие действия (финты) «ударом», «остановкой».	1				
31	Отбор мяча у соперника при выполнении игровых упражнений.	1				
32	Вбрасывание мяча с места и с разбега.	1				
33	Элементы игры вратаря: броски мяча, ловля, отбивание.	1				
34	Двухсторонняя учебная игра.	1				
35	Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.	1				
36	Рывки к мячу с последующим ударом по воротам.	1				
37	Прыжки с имитацией ударов головой, ногой.	1				
38	Прыжки с места и разбега с ударом головой по подвешенному мячу.	1				
39	Двухсторонняя учебная игра.	1				
40	Сочетание ведения в техникой владения мячом.	1				
41	Удары по мячу различными способами правой и левой ногами.	1				
42	Удары по катящемуся и летящему мячу.	1				
43	Удары по мячу головой без прыжка и в прыжке.	1				
44	Остановки мяча ногой, бедром, грудью.	1				
45	Отвлекающие действия (финты)	1				

	против активного противника.					
46	Специальные упражнения футболиста.	1				
47	Совершенствование изученных способов ведения мяча.	1				
48	Отвлекающие действия (финты), «уходом», «ударом»	1				
49	Вбрасывание мяча из разных исходных положений.	1				
50	Действия в защите «закрытие», «перехват», отбор мяча.	1				
51	Маневрирование на поле. Групповые действия в нападении.	1				
52	Взаимодействие с партнерами при организации комбинаций.	1				
53	Совершенствование игровых и стандартных комбинаций	1				
54	Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой;	1				
55	Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте.	1				
56	Эстафеты с элементами акробатики.	1				
57	Понятие о тактической системе и стиле игры.	1				
58	Характеристика игровых действий футболистов	1				

	команды при расстановке по схеме 1 +3, 3+1.					
59	Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.	1				
60	Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади	1				
61	Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание».	1				
62	Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.	1				
63	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча.	1				
64	Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом	1				
65	Групповые действия. Уметь	1				

	взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров					
66	Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.	1				
67	Двухсторонняя учебная игра.	1				
68	Игры и соревнования.					
Итого за год		68				

Название кружка «Азбука футбола» группа 15-17 лет

№	Название темы занятия	Количество часов	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	По факту		
1	ТБ на уроках футбола. Подвижные игры и эстафеты с мячом.	1				
2	Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля.	1				
3	Ускорения и рывки с мячом. Жонлирование.	1				
4	Сочетание бега с прыжками,остановками, поворотами.	1				
5	Правила игры в футбол. История футбола.Ведение мяча.	1				
6	Ведение мяча по прямой и с обведением препятствий.	1				
7	Остановки мяча внутренней стороной стопы.	1				

8	Ведение мяча средней частью подъема. Остановка подошвой.	1				
9	Ведение внутренней и внешней частью подъема.	1				
10	Отвлекающие действия (финты)	1				
11	Отбор мяча атакуя соперника спереди.	1				
12	Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления.	1				
13	Выдающиеся футболисты.	1				
14	Акробатические упражнения. Кувырок вперёд. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки.	1				
15	Сочетание приемов передвижения с техникой владения мячом.	1				
16	Жонглирование ногой, бедром, головой.	1				
17	Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель	1				
18	Повороты на месте «Пол оборота — направо!»	1				
19	Кувырки вперед и назад, полушпагат, стойки на лопатках.	1				
20	Связка «старт пловца»-2 темповых кувырка вперед-поворот кругом-кувырок назад-»березка»-перекат	1				

21	Лазание по канату в два приема. Подъем туловища в упор за 30 сек.	1				
22	Связки упражнений в равновесии на гимнастическом бревне.	1				
23	Опорный прыжок «согнув ноги», ноги врозь.	1				
24	Упражнения на высокой перекладине, на низкой перекладине.	1				
25	Упражнения на гимнастических брусьях. Сгибание рук в упоре лежа.	1				
26	Лазание по канату в три приема.	1				
27	Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне.	1				
28	Связки акробатических элементов на дорожке.	1				
29	Опорные прыжки через гимнастического козла.	1				
30	Силовые упражнения с использованием веса собственного тела..	1				
31	Общеразвивающие упражнения в движении с предметами и без.	1				
32	Развитие координационных способностей и гибкости.	1				
33	Связки элементов на акробатической дорожке.	1				
34	Силовые упражнения на гимнастических брусьях. Подтягивание.	1				

35	ТБ.Повторный инструктаж. Опорные прыжки через козла.	1				
36	Боковые шаги на бревне, соскок ноги врозь в стойку лицом бревну.	1				
37	Лазание по гимнастическому канату различными способами.	1				
38	Упражнения с набивным мячом (1 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову.	1				
39	Стойка на голове из упора присев толчком двух ног.	1				
40	Остановки мяча: подошвой, внутренней стороной стопы, бедром.	1				
41	Ускорения и рывки с мячом.	1				
42	Отвлекающие действия (финты) «уходом», «остановкой»	1				
43	Прыжки с имитацией удара головой.	1				
44	Индивидуальные действия в нападении. Маневрирование.	1				
45	Выбор момента и способа действия для перехвата мяча.	1				
46	Различные приемы ведения мяча.	1				
47	Удары по мячу на точность и дальность.	1				
48	Остановки мяча внутренней стороной стопы, бедром, подошвой.	1				
49	Совершенствование приемов отбора мяча.	1				

50	Различные виды жонглирования мячом (ногой, головой, бедром).	1				
51	Ведение мяча ранее изученными приемами.	1				
52	Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом	1				
53	Удары по мячу подъемом на точность и дальность.	1				
54	Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах и тройках.	1				
55	Отвлекающие действия (финты) «ударом», «остановкой».	1				
56	Отбор мяча у соперника при выполнении игровых упражнений.	1				
57	Вбрасывание мяча с места и с разбега.	1				
58	Элементы игры вратаря: броски мяча, ловля, отбивание.	1				
59	Двухсторонняя учебная игра.	1				
60	Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.	1				
61	Передвижения и ведения мяча	1				
62	Повороты без мяч и с мячом. Передвижения парами.	1				
63	Удары различными способами по катящемуся и летящему мячу.	1				

64	Остановки мяча ногой, бедром, грудью	1				
65	Отвлекающие действия (финты) против активного противника	1				
66	Жонглирование ногой, бедром и головой	1				
67	Режим и питание юного футболиста.	1				
68	Остановки мяча подошвой внутренней стороной стопы, грудью, бедром.	1				
69	Встречные эстафеты с переносом, расстановкой и сбором предметов.	1				
70	Подвижные игры с бросками и ловлей мяча.	1				
71	Рывки к мячу с последующим ударом по воротам.	1				
72	Прыжки с имитацией ударов головой, ногой.	1				
73	Прыжки с места и разбега с ударом головой по подвешенному мячу.	1				
74	Двухсторонняя учебная игра.	1				
75	Сочетание ведения в техникой владения мячом.	1				
76	Удары по мячу различными способами правой и левой ногами.	1				
77	Удары по катящемуся и летящему мячу.	1				
78	Удары по мячу головой без прыжка и в прыжке.	1				
79	Остановки мяча ногой, бедром, грудью.	1				

80	Отвлекающие действия (финты) против активного противника.	1				
81	Специальные упражнения футболиста.	1				
82	Совершенствование изученных способов ведения мяча.	1				
83	Отвлекающие действия (финты), «уходом», «ударом»	1				
84	Вбрасывание мяча из разных исходных положений.	1				
85	Действия в защите «закрытие», «перехват», отбор мяча.	1				
86	Маневрирование на поле. Групповые действия в нападении.	1				
87	Взаимодействие с партнерами при организации комбинаций.	1				
88	Совершенствование игровых и стандартных комбинаций	1				
89	Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой;	1				
90	Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте.	1				
91	Эстафеты с элементами акробатики.	1				
92	Понятие о тактической системе и стиле игры.	1				

93	Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +3, 3+1.	1				
94	Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.	1				
95	Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади	1				
96	Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание».	1				
97	Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.	1				
98	Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча.	1				
99	Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор	1				

	мяча изученным способом					
100	Групповые действия. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров	1				
101	Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.	1				
102	Двухсторонняя учебная игра.	1				
Итого за год		68				

3.4. ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

Все изменения, дополнения, вносимые в Программу в течение учебного года, согласовываются с администрацией учреждения и вносятся в лист корректировки программы.

Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

(название программы)

№ п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование (подпись)

3.5. ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	МЕРОПРИЯТИЕ	ДАТА проведения
	Участие в муниципальных и республиканских этапах соревнований по футболу:	
1	«Кожаный мяч»	октябрь
2	«Кожаный мяч»	март
3	Кубок Главы Республики Крым	апрель