ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт zhelyabovskaya.obrnizhn.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЖЕЛЯБОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
Действителен с: с 15.04.2026, 06:43
Действителен до: до 09.07.2027, 06:43
Ключ подписи: 00BBe20B8586DCDB5170SFACF90A9DBD30

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА АДМИНИСТРАЦИИ НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЖЕЛЯБОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНА	СОГЛАСОВАНА	УТВЕРЖДАЮ
протокол заседания	заместитель директора	директор
педагогического совета	МБОУ «Желябовская СОШ»	МБОУ «Желябовская СОШ»
от «__»___20__ г. № __	от «___»____20__г	«____» _____20__г.
	_____М.В. Колупаева	_____Н.А. Пышнограев

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Юный футболист»
Спортивного кружок

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 11- 13 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)
Уровень: стартовый
Разработчик: Исмаилова Эдае Мухамединовна
Должность: педагог дополнительного образования

с. Желябовка,
2026г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

РАЗДЕЛ № 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА…….....3
1.1.Пояснительная записка (направленность программы, нормативно-правовая база, цель, задачи, адресат (возраст), актуальность, педагогическая целесообразность, формы обучения, особенности организации образовательного процесса, режим занятий, уровень программы, объем и срок освоения программы, формы аттестации/контроля) ……..3
РАЗДЕЛ № 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН……...…...8
РАЗДЕЛ № 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК..……..10
РАЗДЕЛ № 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ…….……...11
РАЗДЕЛ № 5. ВОСПИТАНИЕ…….…….……...16
РАЗДЕЛ № 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ……..…….……18
РАЗДЕЛ № 7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ (кадровое обеспечение, материально-техническое обеспечение, методическое обеспечение, информационно-телекоммуникационное обеспечение)…….……..…….....19
РАЗДЕЛ № 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ…….....23
РАЗДЕЛ № 9.ПРИЛОЖЕНИЯ…….24
9.1. Оценочные материалы (тестовые вопросы, диагностические карты)…….....24
9.2. Методические материалы (планы-конспекты занятий, сценарии мероприятий).....27
9.3. Календарно-тематическое планирование…….…….…….30
9.4. Лист корректировки ДООП…….34

РАЗДЕЛ № 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Пояснительная записка

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА спортивного кружка «Юный футболист» (далее – Программа) ориентирована на работу с детьми в области:

1. **Физического развития и укрепления здоровья:**
- укрепление здоровья и повышение общей работоспособности;
- развитие физических качеств: скорости, выносливости, силы, ловкости, гибкости и координации;
- совершенствование двигательных навыков и моторики.
2. **Обучения основам футбола:**
- освоение базовых технических приёмов (ведение мяча, передачи, удары по воротам, остановки мяча, обводка);
- изучение основ индивидуальной и командной тактики игры;
- понимание правил футбола и принципов судейства;
- формирование навыков позиционного взаимодействия на поле.
3. **Спортивной подготовки:**
- обучение выполнению технических приёмов на высокой скорости и в условиях противодействия соперника;
- развитие игрового мышления и способности быстро принимать решения;
- подготовка к участию в соревнованиях разного уровня;
- освоение навыков самоконтроля и восстановления после нагрузок.
4. **Нравственно-волевого воспитания:**
- воспитание дисциплины, ответственности и целеустремлённости;
- формирование чувства коллективизма и умения работать в команде;
- развитие воли, настойчивости, умения преодолевать трудности;
- привитие уважения к соперникам, партнёрам и судьям.
5. **Формирования здорового образа жизни:**
- привитие устойчивого интереса к систематическим занятиям спортом;
- обучение основам гигиены, режима дня и питания юного спортсмена;
- знакомство с принципами закаливания и профилактики травм;
- осознание ценности здоровья и важности ЗОЖ.
6. **Социально-личностного развития:**
- развитие коммуникативных навыков через командное взаимодействие;
- формирование лидерских качеств и умения брать на себя роль в коллективе;
- воспитание честности, справедливости и спортивной этики;
- расширение кругозора через знакомство с историей и традициями футбола, достижениями российских и мировых спортсменов.
7. **Психологической подготовки:**
- развитие внимания, памяти и быстроты реакции;
- обучение способам саморегуляции и управления эмоциями в стрессовых игровых ситуациях;
- формирование устойчивости к неудачам и умения извлекать уроки из ошибок.

В результате освоения Программы ожидаемые результаты:

Знания:

- основные правила игры в футбол и принципы судейства;
- базовые понятия индивидуальной и командной тактики;
- основы техники выполнения футбольных приёмов (ведение мяча, передачи, удары по воротам, остановки, обводка);
- принципы безопасного поведения на спортивной площадке и профилактика травм;

- основы гигиены спортсмена, режима дня и питания юного футболиста;
- правила разминки и заминки, значение разогрева перед тренировкой;
- элементарные знания по анатомии и физиологии (работа мышц, сердечно-сосудистой системы при нагрузках);
- основы самоконтроля: как оценивать своё состояние во время тренировок и соревнований.

Умения:

- выполнять базовые технические приёмы футбола на месте и в движении (ведение, передачи, удары, остановки мяча);
- применять тактические действия в игровых ситуациях (выбор позиции, взаимодействие с партнёрами);
- ориентироваться на поле, оценивать игровую ситуацию и принимать решения в условиях дефицита времени;
- выполнять разминку и заминку по заданному плану;
- контролировать интенсивность нагрузки по частоте пульса;
- соблюдать правила гигиены и режима дня юного спортсмена;
- работать в команде: согласовывать действия с партнёрами, выполнять отведённые роли (нападающий, защитник и т.д.);
- анализировать собственные ошибки и успехи в игре, делать выводы для дальнейшего совершенствования.

Применение (практическое использование знаний и умений):

- демонстрировать технику выполнения футбольных приёмов в двусторонних играх и учебных матчах;
- реализовывать тактические схемы на практике (розыгрыш стандартных положений, позиционная атака, оборона);
- участвовать в соревнованиях школьного и районного уровня, проявлять волю к победе и спортивный дух;
- самостоятельно организовывать мини-игры с друзьями по упрощённым правилам футбола;
- применять навыки самоконтроля: регулировать нагрузку, замечать признаки переутомления, вовремя отдыхать;
- использовать знания о гигиене и питании для поддержания спортивной формы (выбирать полезные продукты, соблюдать режим сна);
- оказывать первую помощь при лёгких травмах (ссадины, ушибы) и знать, когда нужно обращаться к врачу;
- проявлять лидерские качества и помогать младшим или менее опытным товарищам осваивать футбольные навыки;
- соблюдать принципы честной игры (fair play): уважать соперников, судей, партнёров, принимать победы и поражения достойно.

Таким образом, дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист» направлена на всестороннее развитие обучающегося через занятия футболом, включающие физическое совершенствование, освоение технических и тактических навыков игры, формирование навыков командной работы, воспитание волевых и нравственных качеств, а также привитие ценностей здорового образа жизни.

Направленность Программы: физкультурно-спортивная. Программа «Юный футболист» ориентирована на развитие у детей разнообразных способностей и качеств через изучение основ футбола, включая техническую и тактическую подготовку, физическую тренировку, а также формирование навыков командной работы, дисциплины, целеустремлённости и приверженности здоровому образу жизни.

Нормативно-правовая база Программы: основой разработки Программы является следующая нормативно-правая база:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

– Закон Республики Крым от 06.07.2015г. № 131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым»;

– Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым» (в ред. от 25.08.2025г. №1338-р);

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

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

– Методические рекомендации 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 31.07.2023г. № 04-423 «Об исполнении протокола»;

– Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 23.01.2026г. № АБ-254/06 «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура»;

- Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Муниципальном бюджетном общобразовательном учреждении «Желябовская средняя общеобразовательная школа»(далее – МБОУ «Желябовская СОШ»)

- Положения о зачислении\отчислении Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Желябовская средняя общеобразовательная школа»(далее – МБОУ «Желябовская СОШ») приказ № 108-о от 08.04.2024
- Положение об аттестации по ДОП Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Желябовская средняя общеобразовательная школа» (далее – МБОУ «Желябовская СОШ») приказ № 108-о от 08.04.2024
- Положение о проектировании дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, утвержденное приказом № 91 от 06.04.2026;
- Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам, утвержденное приказом № 92 от 06.04.2026;

Программа является **модифицированной разработана на основе** Примерной рабочей программы модуля „Футбол“ в рамках ФГОС, а также с учётом авторских программ по физическому воспитанию и опыта реализации аналогичных кружков в системе дополнительного образования».

Цель: развитие физических способностей и навыков учащихся через обучение технике и тактике игры в футбол в доступной форме, без спортивного совершенствования.

Задачи:

Образовательные:

- ✓ обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстроменяющейся обстановке;
- ✓ дать представление о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- ✓ дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта;
- ✓ обучить формированию индивидуального двигательного режима.

Развивающие:

- ✓ формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- ✓ развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений) и кондиционные (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способности;
- ✓ формировать индивидуальный двигательный режим учащихся;
- ✓ развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;
- ✓ формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

Воспитательные:

- ✓ способствовать воспитанию физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся;
- способствовать воспитанию моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Адресат Программы: обучающиеся от 11 до 13 лет. Обучающиеся формируются в группы с учетом возрастных, индивидуальных особенностей. В этот период происходят значительные физиологические, психологические и социальные изменения, которые важно учитывать при организации деятельности и взаимодействии с участниками программы. Возраст характеризуется эмоциональной неустойчивостью, противоречивостью и амбивалентностью.

На Программу зачисляются обучающиеся, которые не имеют умения и навыки (проходят входное тестирование - собеседование, направленное на выявление спортивных способностей). По результатам тестирования (собеседования) обучающиеся зачисляются на стартовый уровень

Актуальность Программы обусловлена ростом интереса подростков к футболу, необходимостью преодоления проблемы гиподинамии и возможностью комплексного физического, интеллектуального и социально-нравственного развития личности средствами игрового вида спорта.

Педагогическая целесообразность Программы состоит в том, что систематические футбольные тренировки не только укрепляют здоровье и развивают выносливость, скорость и координацию, но и способствуют социализации обучающихся, формированию у них навыков взаимодействия в команде и умения принимать решения в динамичных игровых ситуациях..

Формы обучения по Программе: очная

Особенности организации образовательного процесса: занятия проводятся в разновозрастных группах постоянного состава. В группы принимаются все желающие, достигшие указанного возраста.

Зачисление на Программу производится на основании письменного заявления родителя (законного представителя), подачи электронной заявки на обучение посредством личного кабинета родителя на портале «Навигатор дополнительного образования детей Республики Крым» и согласия на обработку персональных данных. Наличие медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий футболом обязательно.

Режим занятий: 72 часа 1 год, 2 раза в неделю по 1 часу, занятия по 45 минут.

Уровень Программы: стартовый. Стартовый уровень - предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания Программы.

Объем и срок освоения Программы: 72 часа, 1 год.

Согласно Положению о порядке проведения аттестации обучающихся МБОУ «Желябовская СОШ» мониторинг образовательных результатов по Программе каждого обучающегося, проводится в два этапа:

Первичная аттестация проводится с обучающимися на первом занятии для выявления исходного уровня знаний, умений и навыков перед началом освоения программы. Аттестация проводится в форме тестирования.

Промежуточная аттестация – это оценивание уровня усвоения обучающимися содержания Программы по итогам учебного периода (первое полугодие). Промежуточная аттестация обучающихся проводится с целью повышения ответственности педагогов и обучающихся за результаты образовательного процесса, для объективного оценивания уровня усвоения Программы в форме сдачи нормативов

Итоговая аттестация проводится в форме тестирования для определения результатов обучения по Программе изменения уровня развития детей, их способностей. Помогает провести анализ учебного материала Программы для коррекции и усовершенствования.

Аттестация проводится на основе оценочных материалов. Результаты заносятся в диагностическую таблицу оценивания навыков, умений и должны отражать уровень планируемых результатов освоения Программы **(**приложение 9.1). Проводится в в форме сдачи нормативов

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: грамота, готовая работа, диплом, свидетельство (сертификат), фото, отзыв детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал по итогам диагностики навыков и умений, конкурс.

РАЗДЕЛ № 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план, 72 часа, 1 год обучения

№	Наименованиераздела,темы	Учебныечасы			Формыаттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	Раздел 1. Техника безопасности. Введение. Первичная аттестация.	**3**	**2**	**1**	
1.	Правила безопасности при занятиях футболом. История возникновения и развития футбола.	1	1		Педагогическое наблдение
2.	Первичная аттестация	1		1	Тестирование
3.	Современное состояние футбола.	1	1	0	Педагогическое наблюдение
	Раздел 2 Правила игры:	**2**	**2**	**0**	
4.	Терминология в футболе.	1	1	0	Педагогическое наблюдение
5.	Правила игры.	1	1	0	Педагогическое наблюдение
	Раздел 3 Общая физическая подготовка:	**8**	**2**	**6**	
6.	Значение ОФП в подготовке футболистов.	1	1	0	Педагогическое наблюдение
7.	Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств.	2	1	1	Педагогическое наблюдение
8.	Упражнения на снарядах, тренажерах	2	0	2	Педагогическое наблюдение
9.	Спортивные игры	3	0	3	Педагогическое наблюдение
	Раздел 4. Специальная физическая подготовка:	**6**	**3**	3	
10.	Значение СПФ в подготовке футболистов	1	1	0	Педагогическое наблюдение
11.	Развитие координационных способностей	2	1	1	Педагогическое наблюдение
12.	Развитие скоростных способностей	2	1	1	Педагогическое наблюдение
13.	Развитие силовых способностей	1		1	Педагогическое наблюдение
	Раздел 5 Техническая подготовка:	**29**	**2**	**27**	
14.	Значение технической подготовки в футболе.	1	1	0	Педагогическое наблюдение
15.	Характеристика техники сильнейших футболистов.	1	1	0	Педагогическое наблюдение

16.	Промежуточная аттестация	1		1	Сдача нормативов
17.	Техника передвижений	2	0	2	Педагогическое наблюдение
18.	Стойка игрока, перемещение в стойке	2	0	2	Педагогическое наблюдение
19.	Техника владения мячом	2	0	2	Педагогическое наблюдение
20.	Ведение мяча с сопротивлением	2	0	2	Педагогическое наблюдение
21.	Ведение мяча без сопротивления	2	0	2	Педагогическое наблюдение
22.	Выбивание мяча	2	0	2	Педагогическое наблюдение
23.	Техника ловли, передачи, ведения мяча	2	0	2	Педагогическое наблюдение
24.	Удары по мячу внутренней и внешней стороной стопы	2	0	2	Педагогическое наблюдение
25.	Техника нападения	2	0	2	Педагогическое наблюдение
26.	Отбор и перехват мяча	2	0	2	Педагогическое наблюдение
27.	Техника защиты	2	0	2	Педагогическое наблюдение
28.	Остановка летящего мяча подошвой, грудью	2	0	2	Педагогическое наблюдение
29.	Техника передвижений, остановок и поворотов.	2	0	2	Педагогическое наблюдение
	Раздел 6. Тактическая подготовка:	**11**	**2**	**9**	
30.	Значение технической и тактической подготовки в футболе.	1	1	0	Педагогическое наблюдение
31.	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	2	1	1	Педагогическое наблюдение
32.	Индивидуальные тактические действия в нападении	2	0	2	Педагогическое наблюдение
33.	Индивидуальные тактические действия в защите	2	0	2	Педагогическое наблюдение
34.	Командные тактические действия в защите	2	0	2	Педагогическое наблюдение
35.	Тактика свободного нападения	2	**0**	**2**	Педагогическое наблюдение
	Раздел 7 Учебно-тренировочная игра. Итоговая аттестация	**13**	**0**	**1**3	
36.	Учебно-тренировочная игра	11	0	11	Педагогическое наблюдение
37.	Итоговое занятие. Контролная игра в футбол	1		1	Педагогическое наблюдение
38.	Итоговая аттестация	1	0	1	соревнование
	ИТОГО	72	13	59	

РАЗДЕЛ № 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график

	1 полугодие																**2 полугодие**																			
Месяц	**сентябрь**				**октябрь**				**ноябрь**				**декабрь**				**январь**				**февраль**				**март**				**апрель**				**май**			
Кол-во	**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	**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	**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	**8**				**8**				**8**				**8**				**8**				**8**				**8**				**8**				**8**			
Аттестация/фор	**П**															**Промеж**																				**Итогова**
Объём учебной	Объём в 20__- 20__ учебном году – **всего 72 учебных часа, всего учебных недель – 36, всего учебных дней – 72, всего занятий в неделю – 2 раза по 1 часу** Не предусмотрены занятия по Программе в праздничные дни и период новогодних каникул (в соответствии с производственным календарем Республики Крым) Начало занятий – (1 сентября), окончание занятий – конец мая – начало июня (с учётом праздничных дней)																																			

РАЗДЕЛ № 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Техника безопасности. Введение (3 часа)

Тема: Правила безопасности при занятиях футболом. История возникновения и развития футбола. 1 час

Теория – 1 час

- правила поведения на спортивной площадке и в спортзале;
- техника безопасности при выполнении упражнений и игре в футбол;
- краткая история возникновения футбола, ключевые этапы его развития;
- знаменитые футболисты и команды.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Первичная аттестация. 1 час

Практика 1 час

Первичная аттестация в форме тестирования

Форма контроля: тетирование

Тема: Современное состояние футбола. 1 час

Теория – 1 час

- обзор современных футбольных лиг и турниров (чемпионат мира, Лига чемпионов, РПЛ);
- роль футбола в современном обществе;
- знакомство с достижениями российского футбола;
- популярные стили игры и тактические схемы (4-4-2, 4-3-3 и т.д.).
- Форма контроля: педагогическое наблюдение

Раздел 2. Правила игры (3 часа)

Тема: Терминология в футболе. 1 час

Теория – 1 час

- основные термины: аут, угловой, штрафной, пенальти, офсайд и др.;
- позиции игроков на поле (вратарь, защитник, полузащитник, нападающий);
- понятия «стандартные положения», «контратака», «прессинг».

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Правила игры. 1 час

Теория – 2 часа

- основные правила игры (продолжительность матча, состав команд, замены);
- нарушения и наказания (жёлтая и красная карточка);
- правила выполнения стандартных положений (угловые, штрафные, пенальти);
- разбор типичных игровых ситуаций с примерами.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Раздел 3. Общая физическая подготовка (8 часов)

Тема: Значение ОФП в подготовке футболистов. 1 час

Теория – 1 час

- что такое общая физическая подготовка (ОФП);
- какие качества развивает ОФП (сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость);
- связь ОФП с успехами в футболе.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств. 2 часа

Теория – 1 час

- виды общеразвивающих упражнений;
- принципы построения комплекса ОФП;
- важность разминки перед основной нагрузкой.

Практика – 1 час

- комплекс общеразвивающих упражнений (наклоны, повороты, махи, прыжки, выпады);
- упражнения на координацию и равновесие.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Упражнения на снарядах, тренажерах 2 часа

Практика - 2 часа

- работа на гимнастической стенке (подтягивания, висы);
- упражнения с гантелями и эспандером;
- использование тренажёров для развития силы и выносливости (под контролем тренера).

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Спортивные игры 3 часа

Практика – 3 часа

- подвижные игры для развития ловкости и быстроты (эстафеты, «салочки» с мячом);
- мини-игры с элементами футбола (2×2, 3×3);
- игры на развитие командного взаимодействия.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (7 часов)

Тема: Значение СПФ в подготовке футболистов 1 час

Теория – 1 час

- отличие специальной физической подготовки (СПФ) от общей;
- качества, развиваемые СПФ (скоростная выносливость, взрывная сила, координация);
- примеры упражнений СПФ для футболистов.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Развитие координационных способностей 2 часа

Теория – 1 час

- что такое координация, зачем она нужна футболисту;
- упражнения для развития координации.

Практика – 1 час

- челночный бег;
- упражнения с мячом на ограниченной площади;
- прыжки с разворотами, балансирование.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Развитие скоростных способностей 2 часа

Теория – 1 час

- понятие скорости в футболе;
- методы развития быстроты реакции и стартовой скорости.

Практика – 1 час

- спринты на короткие дистанции (10–30 м);
- старты из разных положений;
- эстафеты на скорость.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Развитие силовых способностей 1 час

Теория – 1 час

- сила в футболе: зачем нужна и как развивается;
- безопасные упражнения для детей 11–13 лет.

Практика – 1 час

- отжимания, приседания, выпады;
- упражнения с собственным весом и небольшими отягощениями;
- силовые эстафеты.

Форма контроля: педагогическое наблюдение

Раздел 5. Техническая подготовка (28 часов)

Тема: Значение технической подготовки в футболе. 1 час

Теория – 1 час

 что включает техническая подготовка;
 почему техника важна для успеха в игре;
 этапы освоения технических приёмов.
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Характеристика техники сильнейших футболистов. 1 час

Теория – 1 час
 анализ техники известных игроков (дриблинг, передачи, удары);
 разбор видеофрагментов с примерами качественной техники
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Техника передвижений 2 часа

Практика – 2 часа
 бег с изменением направления и скорости;
 ускорения и торможения;
 приставные шаги, скрестные шаги
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Промежуточная аттестация 1 час

Практика 1 час
Сдача нормативов
Форма контроля: сдача нормативов

Тема: Стойка игрока, перемещение в стойке 2 часа

Практика – 2 часа
 правильная стойка футболиста (ноги на ширине плеч, колени согнуты);
 перемещения в стойке вперёд, назад, в стороны;
 повороты и развороты в стойке.
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Техника владения мячом 2 часа

Практика – 2 часа
 контроль мяча на месте и в движении;
 касания мяча разными частями стопы;
 простые упражнения на дриблинг.
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Ведение мяча с сопротивлением 2 часа

Практика – 2 часа
 ведение мяча с пассивным сопротивлением соперника (на малой скорости);
 обводка конусов с сопротивлением;
 упражнения на сохранение контроля мяча при лёгком контакте.
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Ведение мяча без сопротивления 2 часа

Практика –2 часа
 ведение мяча правой и левой ногой по прямой, змейкой, по кругу;
 смена направления и скорости ведения;
 ведение с изменением ритма и касаний
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Выбивание мяча 2 часа

Практика –2 часа
 выбивание мяча у партнёра в статике;
 выбивание в движении при ведении;
 игровые упражнения 1×1 на выбивание.
Форма контроля: педагогическое наблюдение

Тема: Техника ловли, передачи, ведения мяча 2 часа

Практика –2 часа
 ловля мяча после навесной передачи;

 короткие и средние передачи партнёру (внутренней стороной стопы);
 сочетание ловли и передачи в движении
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Удары по мячу внутренней и внешней стороной стопы 2 часа
Практика –2 часа
- удары по неподвижному мячу в цель (мишень, ворота);
- удары после катящегося мяча;
- точность и сила удара, работа обеими ногами.

Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Техника нападения 2 часа
Практика –2 часа
 выбор позиции для получения мяча;
 открывание под передачу;
 простые комбинации в парах (передача + открывание).
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Отбор и перехват мяча 2 часа
Практика –2 часа
 правильный подход к сопернику;
 отбор в стойке без фола;
 перехват передач в игровых упражнениях.
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Техника защиты 2 часа
Практика –2 часа
 правильная стойка защитника;
 перекрытие линии передачи и удара;
 позиционная защита в мини-играх.
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Остановка летящего мяча подошвой, грудью 2 часа
Практика –2 часа
 остановка медленно летящего мяча подошвой;
 амортизация мяча грудью;
 контроль мяча после остановки в движении.
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Техника передвижений, остановок и поворотов 2 часа
Практика –2 часа
- ускорения и остановки с мячом и без мяча;
- повороты на 90° и 180° с изменением направления;
- сочетания передвижений с приёмами владения мячом.

Форма контроля: педагогическое наблюдение
Раздел 6. Тактическая подготовка (11 часов)
Тема: Значение технической и тактической подготовки в футболе. 1 час
Теория – 1 час
 взаимосвязь техники и тактики в игре;
 примеры тактических решений на основе уровня техники;
 разбор игровых ситуаций (видео, схемы)
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Индивидуальные тактические действия в нападении и защите. 2 часа
Теория – 1 час
 что такое индивидуальное тактическое действие;
 варианты действий нападающего (открывание, обманные движения);
 действия защитника (выбор позиции, отбор)
Практика – 1 час

 упражнения 1×1: нападающий — защитник;
 отработка финтов и ухода от отбора;
 позиционирование и прессинг
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Индивидуальные тактические действия в нападении 2 часа
Практика –2 часа
 открывание в свободные зоны;
 ложные движения перед приёмом мяча;
 обыгрыш 1×1 в ограниченном пространстве
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Индивидуальные тактические действия в защите 2 часа
Практика –2 часа
 выбор позиции относительно мяча и соперника;
 прессинг и откат назад;
 противодействие обыгрышу
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Командные тактические действия в защите 2 часа
Практика –2 часа
 построение линии обороны;
 взаимодействие защитников и вратаря;
 командный прессинг после потери мяча
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Тактика свободного нападения 2 часа
Практика –2 часа
 свободное перемещение игроков без жёстких позиций;
 быстрые атаки после отбора мяча;
 комбинации в формате 3×3 или 4×4
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Раздел 7. Учебно-тренировочная игра (13 часов)
Тема: Учебно-тренировочная игра 2 часа
Практика – 11 часов
 игры 5×5 или 6×6 на уменьшенном поле;
 выполнение тактических заданий в игре (например, играть с прессингом, разыгрывать мяч от вратаря);
 закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке;
 развитие игрового мышления и взаимодействия в команде
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Итоговое занятие. Контрольная игра в футбол. 1 час
Практика – 2 часа
 контрольная двусторонняя игра (7×7 или 8×8) по правилам футбола;
 оценка уровня владения техническими приёмами (ведение, передачи, удары);
 анализ тактических действий (позиционная игра, взаимодействие);
 проявление волевых качеств и соблюдения принципов fair play
Форма контроля: педагогическое наблюдение
Тема: Итоговая аттестация 1 час
Практика 1 час
Соревнование по игре в футбол
Форма контроля: соревнование

РАЗДЕЛ № 5. ВОСПИТАНИЕ

Цель воспитательной работы в рамках Программы направлена на формирование у обучающихся гармонично и всесторонне развитой личности обучающихся.

Задачи воспитательной работы:

- воспитывать уважение к культурным ценностям, отражающих богатство общечеловеческой культуры, в том числе и отечественной, формировать потребность в высоких культурных и духовных ценностях и их дальнейшем обогащении;
- побуждать к овладению основами нравственного поведения и нормами гуманистической морали (доброты, взаимопонимания, милосердия, веры в созидательные способности человека, терпимости по отношению к людям, культуры общения, интеллигентности как высшей меры воспитанности);
- воспитывать уважительное отношение между членами коллектива в совместной творческой деятельности;
- воспитывать усидчивость, аккуратность, активность, уважение и любовь к труду, формировать потребность учащихся к саморазвитию.

В процессе освоения Программы обучающиеся получают возможность для участия в таких ***формах*** воспитательных мероприятий, как: школьные и районные турниры по футболу. В процессе обучения используются такие ***методы воспитательного воздействия***, как:

- Убеждение - это такой метод воспитания, который выражается в эмоциональном и глубоком разъяснении сущности социальных и духовных отношении, норм и правил поведения.
- Поощрение – это метод воспитания, стимулирующий деятельность обучающегося. Поощрение вызывает положительные эмоции, способствовавшее возникновению чувства уверенности ребенка в своих силах.
- Упражнение - это метод воспитания**,** который предполагает такую организацию повседневной жизни и учебной деятельности, которая позволяет обучающимся накапливать привычки и опыт правильного поведения, связывать слово с делом, убеждение с поведением.

Каждое занятие строится в зависимости от темы и конкретных задач, которые предусмотрены программой, с учетом возрастных особенностей детей, их индивидуальной подготовленности.

Конечный результат воспитательной деятельности - раскрытие творческого потенциала каждого ребенка, формирование сплочённого коллектива, способного осуществлять деятельность, как единое целое. Результаты и продукты реализации воспитательных мероприятий могут быть включены в Программу праздничных мероприятий образовательного учреждения.

Воспитательные мероприятия проводятся по отдельному плану.

План воспитательной работы

кружок, _____группа,____ год обучения

№	Наименование мероприятия	Период проведения	Форма проведения
Гражданско-патриотическая воспитание			
1	«Права ребенка»	**Сентябрь**	Беседа

2	Право на личную неприкосновенность, жизнь и свободу, право на семью	**Октябрь**	Беседа
3	«Большие права маленького ребенка»	**Ноябрь**	Просмотрпрезентации
Культурологическая воспитание, личностно-волевое			
1	«День матери»	**Декабрь**	Просмотрвидео-ролика
2	Нравственные идеалы	**Январь**	Акция
3	«Учимся быть добрыми»	**Февраль**	Игровая программа
Физическая воспитание, экологическая воспитание			
1	«День защиты детей»	**Май**	Спортивные соревнования
2	Соревнования по графику	**Сентябрь-май**	Игровая программа, конкурсы, акции, спортивные соревнования.
Духовно-нравственное воспитание			
1	«Одиннадцать способов ладить со всеми людьми»	**Сентябрь**	Лекция
2	«Учимся быть добрыми»	**Декабрь**	Акция
3	«Что такое человечность?»	**Апрель**	Презентация

РАЗДЕЛ № 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате обучения обучающиеся

Будут знать:

- новые виды двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстроменяющейся обстановке;
-требования и нормы физической подготовленности, спортивной классификации;
- историю развития физической культуры и спорта;

Будут уметь:

- ✓ использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- ✓ ориентироваться в пространстве, перестраивать двигательные действия, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений) и кондиционные (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способности;
- ✓ формировать индивидуальный двигательный режим учащихся;
- ✓ развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;
- ✓ формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- –воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей.

Обучающиеся достигнут следующих предметных, метапредметных и личностных результатов.

Метапредметные результаты:

- способность определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение сорганизовывать и проводить соревнования по футболу в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами футбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения.
- Повышение уровня социальной активности, гражданской ответственности, духовности подростков и молодёжи, повышение статуса участников мероприятий.

РАЗДЕЛ № 7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Кадровое обеспечение:

реализация Программы осуществляется педагогами дополнительного образования, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям Программ, реализуемых МБОУ «Желябовская СОШ») и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

М***атериально-техническое обеспечение.***

Перечень оборудования учебного кабинета

материально-техническое обеспечение -

- Спортивный зал, кабинет, раздевалка. -1 шт
- Спорт площадка с тренажёрами. – 1 шт.
- футбольные мячи -10 шт
- кегли – 10 шт.

Перечень оборудования, технических средств обучения, материалов, необходимых для занятий

- литература;
- сборники

Методическое обеспечение.

1. Ознакомительный и иллюстративный материал;
2. Средства наглядности;

Особенности организации образовательного процесса. Занятия по Программе проводятся исключительно в очном формате, что в свою очередь обоснованно не только возрастной категорией обучающихся, но и особенностями содержания данной Программы.

Методы обучения:

А) по источникам знаний:

- практические (упражнения);
- наглядные (иллюстрация, демонстрация, наблюдения учащихся);
- словесные (объяснение, разъяснение, рассказ, беседа, инструктаж, лекция);
- работа с литературой (чтение, изучение, реферирование, беглый просмотр, цитирование, составление плана, конспектирование).

Б) по типу познавательной деятельности:

- объяснительно-иллюстративные (педагог предлагает обучающимся знания в «готовом виде» и организует различными способами восприятие и осмысление этих знаний);
- репродуктивные (педагог не только сообщает готовые знания, но и объясняет их, а обучающиеся правильно и многократно их воспроизводят, т. е. повторяют за педагогом);
- частично-поисковые (педагог не предлагает обучающимся готовые знания, а организует поиск новых знаний детьми с помощью разнообразных средств, ребята под руководством педагога решают возникающие познавательные задачи, создают и разрешают проблемные ситуации, анализируют, сравнивают, обобщают);
- исследовательские (совместная постановка проблемы, самостоятельный поиск ребятами путей решения проблемы, оперативное управление педагогом процессом решения проблемных задач).

Учебные занятия строятся с учетом возрастных особенностей обучающихся. Для школьников 11-13 лет темы даются в полном объеме, с многократным повторением приемов, доведением их до автоматизма. Почти все занятия включают в себя

репродуктивные методы работы («посмотри и повторяй за мной»), а также творческие задания, исследовательские методы.

Приемы обучения:

- технология группового и индивидуального обучения;
- технология коллективной творческой деятельности
-технология игрового обучения;
- здоровьесберегающая технология.

Методы воспитания:

- Убеждение - это такой метод воспитания, который выражается в эмоциональном и глубоком разъяснении сущности социальных и духовных отношении, норм и правил поведения.
- Поощрение – это метод воспитания, стимулирующий деятельность обучающегося. Поощрение вызывает положительные эмоции, способствовавшее возникновению чувства уверенности ребенка в своих силах.
- Упражнение - это метод воспитания**,** который предполагает такую организацию повседневной жизни и учебной деятельности, которая позволяет обучающимся накапливать привычки и опыт правильного поведения, связывать слово с делом, убеждение с поведением.

Каждое занятие строится в зависимости от темы и конкретных задач, которые предусмотрены программой, с учетом возрастных особенностей детей, их индивидуальной подготовленности.

Форма организации образовательного процесса групповая (теоретические занятия, работа в парах), индивидуальная работа, работа в малых группах. Формы проведения занятий, как правило, комбинированные: состоят из теоретической и практической частей. Изучение материала проводится в форме диалога, рассказа, беседы, показа, практического занятия. Так происходит усвоение необходимой информации и закрепление навыков работы. Теоретический материал на занятиях (теоретические занятия) дается с использованием беседы, диалога с детьми, комментариев педагога, просмотров иллюстративного и видео материала, и закрепляется практическим освоением тем. Занятия включают здоровьесберегающие технологии: организационные моменты, проветривание помещения, перерывы, время для восстановления физических сил.

Формы организации учебных занятий – учебные и практические занятия. Практические занятия проходят в группах.

Ведущей формой работы является групповая форма обучения, которая способствует:

- вовлечению каждого ученика в активный познавательный процесс, что развивает умение думать самостоятельно, применять необходимые знания на практике, легко адаптироваться в меняющейся жизненной ситуации;
- развитию коммуникативных умений, продуктивного сотрудничества с другими людьми, так как ученик поочередно выполняет различные социальные роли: лидера, организатора, исполнителя и т.д.;
- испытанию интеллектуальных, нравственных сил участников группы при решении проблем безопасности;
- желание помочь друг другу, что исключает соперничество, высокомерие, грубость, авторитарность;

Виды занятий:

групповая (теоретические занятия, работа в парах), индивидуальная работа, работа в малых группах. При подготовке к соревнованиям допускается проведение занятий по группам и индивидуально. Формы проведения занятий, как правило, комбинированные: состоят из теоретической и практической частей. Изучение материала проводится в форме диалога, рассказа, беседы, показа, практического занятия. Так происходит усвоение необходимой информации и закрепление навыков работы. Теоретический материал на

занятиях (теоретические занятия) дается с использованием беседы, рассказа, диалога с детьми, комментариев педагога, просмотров иллюстративного и видео материала, и закрепляется практическим освоением тем (практические занятия – спортивная тренировка, игра). Так как программа ориентирована на большой объем практических заданий, занятия включают здоровьесберегающие технологии: организационные моменты, проветривание помещения, перерывы, время для восстановления физических сил.

Педагогические технологии – технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология коллективной творческой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология развития критического мышления, здоровьесберегающая технология и др.

Технологии обучения:

- Доступность (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- Наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- «От простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных творческих работ). Тематика занятий строится с учетом интересов учащихся, возможности их самовыражения. В ходе освоения детьми содержания программы учитывается темп развития специальных умений и навыков, уровень самостоятельности, умение работать в коллективе.

Программа позволяет индивидуализировать сложные работы: более сильным детям будет интересна сложная конструкция, менее подготовленным, можно предложить работу проще. Это дает возможность предостеречь ребенка от страха перед трудностями, приобщить без боязни творить и создавать.

Алгоритм учебного занятия:

1. Вводная часть: организационный момент,
2. Основная часть: объяснение и практическая деятельность
3. Заключительная часть: подведение итогов.

Дидактические материалы:

1. Текстовые материалы: правила игры в футбол и судейства, регламенты турниров, краткие конспекты по темам (техника ведения, остановки, удары, тактические комбинации в нападении и защите), основы самоконтроля и гигиены спортсмена.
2. Наглядные пособия: карточки с изображениями технических приёмов (разные виды ударов, остановок, финтов) и тактических схем (расстановки игроков, стандартные ситуации — угловой, штрафной). Можно использовать инфографику: например, «как правильно ставить стопу при ударе внутренней частью» или «зона ответственности игроков в обороне».
3. Интерактивные и игровые формы: дидактические игры, электронные презентации или мини-игры с анимацией движений, пазлы с элементами тактических схем.
4. Задания для контроля и отработки: тесты , кроссворды на футбольную тематику, задания на установление соответствия (сопоставить термин и его определение), ситуационные задачи («как поступит игрок в этой игровой ситуации?»).
5. Материалы для практической отработки: схемы упражнений с обозначением зон, расстояний и направлений движения, карточки с комплексными заданиями.

Информационно-телекоммуникационное обеспечение.

1. Министерство образования и науки РФ http://минобрнауки.рф/ (дата обращения: 25.05.2026г.).
2. Министерство спорта РФ www.minsport.gov.ru (дата обращения: 25.05.2026г.).
3. Официальный сайт Российского футбольного союза. URL: http://www.rfs.ru/ (дата обращения: 25.05.2026г.).
4. правление по физической культуре и спорту мэрии города Новосибирска www.novosib-

sport.ru (дата обращения: 25.05.2026г.).
5. Официальный сайт Российского футбольного союза. URL: http://www.rfs.ru/ (дата обращения: 25.05.2026г.).
6. Официальный сайт министерства спорта РФ. URL: http://www.minsport.gov.ru (дата обращения: 25.05.2026г.).
7. Официальный сайт научно-теоретического журнала «Теория и практика физической культуры. URL: http://lib.sportedu.ru/press/ (дата обращения: 25.05.2026г.).

РАЗДЕЛ № 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы и интернет – ресурсы, используемые педагогом

1. Андреев С., «Мини-футбол», издат. «Физкультура и спорт», 2015* г.
2. Варюшкин В., «Тренировка юных футболистов» изд. «Физическая культура» РФС, Москва, 2017* г.
3. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2002*.
4. Гладышева А.А. Морфологические основы физического воспитания юных спортсменов.- Сб. докл. II Всес. конф. по проб. юнош. спорта. - М.: 1971*.
5. Годик М., Мосягин С., Швыков И. «Поурочная программа подготовки юных футболистов», Москва, 2014* г.

Список литературы, рекомендованный родителям (законным представителям) в целях расширения диапазона образовательного воздействия и помощи родителям (законным представителям) в обучении и воспитании ребёнка.

1. Андреев С. «Мини-футбол», издат. «Физкультура и спорт», 2015* г.
2. Варюшкин В. «Тренировка юных футболистов» изд. «Физическая культура» РФС, Москва, 2017* г.
3. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2002*.
4. Гладышева А.А. Морфологические основы физического воспитания юных спортсменов.

Список литературы для обучающихся:

1. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения: Опыт теоретического и экспериментального психологического исследования. -- М.: Педагогика, 1986*. - 240 с.
2. Иорданская Ф., «Мониторинг физической и функциональной подготовленности футболистов в условиях учебно-тренировочного процесса», изд. «Советский спорт», 2016* г.
3. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия; Человек, 2007*.
4. Промский, Н. Ковеня, «Футзал» - современный метод подготовки, г.Кострома, 2016*г.
5. Цирик, «Игровые упражнения в тренировке футболистов» 2016* г.

* *литература больше не переиздавалась*

РАЗДЕЛ № 9. ПРИЛОЖЕНИЯ

9.1. Оценочные материалы

Первичная аттестация (тестирование)
Оценочные материалы

1. Первичная аттестация (тестирование)
Теоретическое тестирование

Теоретическое тестирование (выбор варианта ответа):

1. Какова продолжительность матча в футболе для детей? (а) 2 × 20 мин; (б) 2 × 30 мин; (в) 2 × 45 мин.
2. Сколько игроков в одной команде на поле? (а) 7; (б) 10; (в) 11.
3. Что означает жёлтая карточка? (а) удаление; (б) предупреждение; (в) замена игрока.
4. Можно ли вратарю играть руками в пределах штрафной площади? (а) да; (б) нет.
5. Как вводится мяч после аута? (а) ударом ногой; (б) вбрасыванием двумя руками; (в) свободным ударом.

Критерии оценивания:
5 правильных ответов — «отлично»;
4 правильных ответа — «хорошо»;
3 правильных ответа — «удовлетворительно»;
менее 3 — «неудовлетворительно».
Практическое тестирование

Упражнение	«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»	«Неудовлетворительно»
Бег 30 м (сек)	≤ 5,0	5,1–5,3	5,4–5,6	> 5,6
Прыжок в длину с места (см)	≥ 170	160–169	150–159	< 150
Отжимания за 30 сек (кол-во)	≥ 18	14–17	10–13	< 10
Жонглирование мячом (кол-во ударов)	≥ 15	10–14	5–9	< 5
Ведение мяча 30 м змейкой (сек)	≤ 8,5	8,6–9,0	9,1–9,5	> 9,5

2. Промежуточная аттестация (сдача нормативов)
Нормативы по ОФП

Упражнение	«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно» «Неудовлетворительно»	
Бег 60 м (сек)	≤ 9,0	9,1–9,4	9,5–9,8	> 9,8
Челночный бег 5 × 10 м (сек)	≤ 15,5	15,6–16,0	16,1–16,5	> 16,5
Подтягивания (мальчики, кол-во)	≥ 8	6–7	4–5	< 4

Отжимания (девочки, за 30 сек)	≥ 20	15–19	10–14	< 10
6-минутный бег (м)	≥ 1200	1100–1199	1000–1099	< 1000

Нормативы по СФП и технике

Упражнение	«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно» «Неудовлетворительно»	
Ведение мяча с обводкой (сек)	≤ 7,5	7,6–8,0	8,1–8,5	> 8,5
Удары по воротам (попадания из 5)	4–5	3	2	0–1
Передачи в стенку за 30 сек (точные)	≥ 12	9–11	6–8	< 6
Комплексное упражнение (сек)	≤ 12,0	12,1–13,0	13,1–14,0	> 14,0

Общие критерии оценки уровня освоения программы:

«высокий уровень» — 80–100 % нормативов выполнены на «отлично» и «хорошо»;

«средний уровень» — 60–79 % нормативов на «хорошо» и «удовлетворительно»;

«низкий уровень» — менее 60 % нормативов соответствуют «удовлетворительно» или «неудовлетворительно».

3. Итоговая аттестация (контрольная игра / соревнование)
Оцениваемые параметры и критерии (по 5-балльной шкале):

Техника выполнения приёмов:
5 баллов — стабильно чистые и уверенные действия (ведение, передачи, удары, отбор);
4 балла — отдельные ошибки, но в целом техника на хорошем уровне;
3 балла — частые ошибки, неуверенность в сложных ситуациях;
2 балла — грубые ошибки, действия часто приводят к потере мяча;
1 балл — не справляется с базовыми приёмами.
Тактическое понимание игры:
5 баллов — осознанный выбор позиции, своевременные открывания, помощь партнёрам;
4 балла — в основном правильные решения, иногда запаздывает с реакцией;
3 балла — выбор позиции ситуативно правильный, но без инициативы;
2 балла — хаотичные перемещения, не понимает игровых ситуаций;
1 балл — действует изолированно от команды.
Физическая готовность:
5 баллов — высокая активность весь матч, быстрые перемещения, выносливость;
4 балла — хорошая активность, но к концу тайма заметна усталость;
3 балла — средняя активность, периодические паузы в действиях;
2 балла — низкая активность, медленные перемещения;
1 балл — практически не участвует в игре из-за усталости.
Психологическая устойчивость:
5 баллов — сохраняет самообладание, поддерживает партнёров, реагирует на замечания;

4 балла — иногда проявляет эмоции, но быстро восстанавливается;
3 балла — заметны перепады настроения после ошибок;
2 балла — агрессия или апатия после неудач;
1 балл — срывает эмоции на партнёрах, игнорирует тренера.
Дисциплина и соблюдение правил:
5 баллов — строго соблюдает правила, корректен с соперниками и партнёрами;
4 балла — единичные нарушения без грубости;
3 балла — несколько нарушений, но без явной агрессии;
2 балла — частые фолы, споры с судьёй;
1 балл — грубые нарушения, неспортивное поведение.
Итоговая оценка за контрольную игру:
«зачтено» — средний балл ≥ 4,0 или прогресс относительно первичной аттестации;
«условно зачтено» — средний балл 3,0–3,9, но заметен прогресс по отдельным параметрам;
«не зачтено» — средний балл < 3,0 и отсутствие прогресса.
Формы фиксации результатов:
ведомость первичной и промежуточной аттестации (таблицы нормативов);
протокол контрольной игры с оценками по параметрам;
индивидуальная карта развития обучающегося (динамика по всем этапам).

9.2.Методические материалы

План – конспект занятия

Кружка

Конспект занятия по футболу на тему «Стойка игрока, передвижение в стойке»

Возраст: 11–13 лет

____дата проведения

___ группа, первый год обучения

Место проведения: футбольное поле или спортивный зал

Продолжительность: 45 минут

Инвентарь: конусы, манишки, футбольные мячи (по одному на 2–3 человека)

Цели занятия:

- сформировать правильное положение тела в стойке футболиста;
- обучить основам передвижения в стойке (приставными шагами, лицом и спиной вперёд);
- развить координацию, ловкость и быстроту реакции.

Задачи:

- **образовательные:** освоить базовую стойку и способы передвижения;
- **развивающие:** улучшить координацию движений и скорость перемещения;
- **воспитательные:** воспитать дисциплинированность, внимание к указаниям тренера, взаимопомощь.

Ход занятия

1. Подготовительная часть (15 мин)

- **Построение, приветствие, постановка задач** (2 мин): объяснение темы и целей занятия.
- **Разминка без мяча** (8 мин):
  - ходьба с высоким подниманием бедра;
  - бег приставными шагами правым/левым боком;
  - прыжки на месте с поворотом на 90°;
  - ускорения на 10–15 м;
  - общеразвивающие упражнения (наклоны, повороты, приседания).
- **Специальная разминка с мячом** (5 мин):
  - жонглирование мячом ногами (по 10–15 ударов);
  - передачи мяча в парах внутренней стороной стопы (расстояние 3–4 м).

2. Основная часть (25 мин)

Упражнение 1. Освоение стойки игрока (5 мин)

- тренер показывает правильную стойку: ноги слегка согнуты в коленях, корпус слегка наклонён вперёд, руки согнуты в локтях, взгляд направлен вперёд;
- дети принимают стойку по команде тренера, корректировка ошибок (слишком прямые ноги, слишком прямой корпус);
- фиксация стойки на 5–10 секунд.

Упражнение 2. Передвижение в стойке приставными шагами (5 мин)

- перемещение правым боком на 10 м в стойке, затем левым;
- акцент на сохранение стойки, стопы не перекрещиваются;
- выполнение в медленном, затем среднем темпе.

Упражнение 3. Передвижение лицом вперёд (5 мин)

- короткие быстрые шаги вперёд в стойке (5 м), остановка по свистку;
- ускорение на 5 м, остановка, смена направления;
- работа над сохранением равновесия и готовности к резкой остановке.

Упражнение 4. Передвижение спиной вперёд (5 мин)

- шаги спиной вперёд в стойке на 10 м, взгляд через плечо;
- чередование шагов вперёд и назад по сигналу тренера (свисток/команда);
- контроль за положением корпуса — не отклоняться назад.

Упражнение 5. Комплексное передвижение (5 мин)

- эстафета с конусами:

1. старт в стойке;
2. приставной шаг правым боком вокруг конуса;
3. движение лицом вперёд до следующего конуса;
4. приставной шаг левым боком;
5. движение спиной вперёд к финишу.

- побеждает команда, выполнившая задание с соблюдением техники.

3. Заключительная часть (5 мин)

- **Упражнения на восстановление дыхания** (1 мин): ходьба на месте, глубокие вдохи-выдохи.
- **Подвижная игра «Быстро в стойку!»** (3 мин):
  - дети свободно перемещаются по площадке;
  - по команде «Стойка!» все должны мгновенно принять правильное положение;
  - тренер отмечает тех, кто выполнил задание правильно и быстро.
- **Подведение итогов** (1 мин):
  - обсуждение, что получилось лучше всего;
  - разбор типичных ошибок (прямые ноги, потеря равновесия);
  - похвалы и рекомендации на будущее.

Сценарий соревнования по футболу «Учимся быть добрыми»

Программа: доп. «Юный футболист»

Возраст: 11–13 лет

Продолжительность: 45 минут

Цель: формирование навыков доброжелательного общения и командного взаимодействия через игровые футбольные упражнения.

Задачи:

- закрепить базовые футбольные навыки в игровой форме;
- развить умение поддерживать товарищей по команде;
- воспитать уважительное отношение к соперникам;
- сформировать атмосферу взаимопомощи и позитивного общения на поле;
- научить конструктивно разрешать игровые конфликты.

Оборудование:

- футбольные мячи (по одному на пару);
- конусы для разметки;
- манишки двух цветов;
- свисток;
- небольшие призы (наклейки, значки);
- плакат с правилами «Доброй игры».

Место проведения: спортивная площадка или спортивный зал.

Ход мероприятия

1. Вводная часть (5 минут)

- Построение участников.
- **Ведущий:** «Здравствуйте, юные футболисты! Сегодня у нас необычное соревнование — „Учимся быть добрыми“. Мы будем играть в футбол, но главное — не счёт на табло, а то, как мы ведём себя на поле: поддерживаем ли друзей, уважаем ли соперников, помогаем ли тем, кто ошибся. Давайте вместе создадим атмосферу дружбы и радости!»
- Знакомство с правилами «Доброй игры» (зачитываются с плаката):
  - хвалить товарища за удачные действия;
  - помогать встать тому, кто упал;
  - поздравлять соперника с удачным ходом;

    - не спорить с судьёй, а спокойно уточнять;
    - после игры пожать руку сопернику.
- Разделение на две команды (по 5–6 человек), выбор капитанов.
- Жеребьёвка — определение цвета манишек.

2. Разминка «Доброе приветствие» (5 минут)

Команды выполняют упражнения с мячом, сопровождая их добрыми словами:

- ведение мяча вокруг конусов — при каждом повороте говорить «Молодец!» кому-то из своей команды;
- передачи в парах — после каждой удачной передачи говорить «Отлично сыграно!»;
- простые упражнения с мячом (подбрасывание, остановка) — после каждого успешного действия хлопать в ладоши и говорить «Я могу!».

3. Игровые эстафеты (15 минут, по 5 минут на эстафету)

Эстафета 1. «Добрая передача»

- Команды выстраиваются в колонны.
- Задача: передать мяч партнёру ногой (ведение до конуса и обратно), при этом сказать ему доброе слово или комплимент.
- Если мяч потерян, участник возвращается на старт и начинает заново.
- Побеждает команда, которая быстрее и вежливее выполнит задание.

Эстафета 2. «Помоги другу»

- Участники в парах. Один ведёт мяч, другой — с завязанными глазами.
- Ведущий должен голосом направлять партнёра: «Шаг влево, вперёд, осторожно, конус справа».
- На финише они меняются ролями.
- Оценивается не только скорость, но и вежливость подсказок.

Эстафета 3. «Спасение мяча»

- Конусы образуют «опасные зоны».
- Каждый участник должен провести мяч, избегая касания конусов.
- Если мяч попал в «опасную зону», другой игрок может «спасти» его — догнать и вернуть на трассу, сказав: «Я помогу!».
- За помощь начисляются бонусные баллы.

4. Мини-матч с правилами доброты (15 минут)

- Игра 5×5 на уменьшенном поле (8×12 метров).
- Особые правила:
    - за каждую похвалу товарищу — +1 очко команде (фиксируется судьёй);
    - за помощь упавшему сопернику — +2 очка;
    - за спор с судьёй — −1 очко;
    - за рукопожатие после гола — +1 очко.
- Счёт ведётся не только по голам, но и по «очкам доброты».
- Судья отмечает и вслух хвалит проявления доброжелательности.

5. Заключительная часть (5 минут)

- Построение команд.
- Подведение итогов:
    - объявление команды-победителя по сумме голов и «очков доброты»;
    - награждение всех участников наклейками/значками «Доброму футболисту»;
    - выделение номинаций: «Самый вежливый игрок», «Лучший помощник», «Мастер добрых слов».
- Рефлексия: каждый участник говорит одну фразу: «Сегодня я помог…», «Мне понравилось, как…», «В следующий раз я буду…».
- Общая фотография на память.

- **Ведущий:** «Молодцы, ребята! Вы показали, что футбол — это не только голы, но и дружба, поддержка, уважение. Помните: настоящий спортсмен всегда добр и справедлив. До новых встреч на поле!»

9.3. Календарно-тематическое планирование

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЖЕЛЯБОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИКРЫМ (МБОУ ЖЕЛЯБОВСКАЯСОШ)

РАССМОТРЕНО протокол заседания педагогического совета от «__»___20__ г. № __	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора МБОУ «Желябовская СОШ»» «__»_____20__г. _____М.В. Колупаева	УТВЕРЖДАЮ директор МБОУ «Желябовская СОШ» «__»_____ 20__г. _____Н.А. Пышнограев

Календарно-тематическое планирование
«Юный футболист» Спортивного кружка
2026/2027 учебный год

Группа/ год обучения – 1 группа/ первого года обучения
Педагог: _____
Количество часов в неделю – 2 /на 1 год – 72 часа

Планирование составлено на основе программы: ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «Юный футболист» спортивного кружка

Составитель

_____/ _____

(подпись) (ФИО)

Календарно-тематическое планирование
Спортивного кружка «Юный футболист»

№	Название тамы занятия	Кол-во часов всего	Даты по расписанию		Формыа ттестации/ контроля	Примечание (корректировка)
			По плану	фактическая		
Сентябрь						
	Раздел 1. Техника безопасности. Введение. Первичная аттестация.3 часа					
1.	Правила безопасности при занятиях футболом. История возникновения и развития футбола.	1			Педагогическое наблюдение	
2.	Первичная аттестация	1			тестирование	
3.	Современное состояние футбола.	1			Педагогическое наблюдение	
	Раздел 2 Правила игры:2 часа					
4.	Терминология в футболе.	1			Педагогическое наблюдение	
5.	Правила игры.	1			Педагогическое наблюдение	
	Раздел 3 Общая физическая подготовка:8 часов					
6.	Значение ОФП в подготовке футболистов.	1			Педагогическое наблюдение	
7.	Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств.	2			Педагогическое наблюдение	
Октябрь						
8.	Упражнения на снарядах, тренажерах	2			Педагогическое наблюдение	
9.	Спортивные игры	3			Педагогическое наблюдение	
	Раздел 4. Специальная физическая подготовка:6 часов					
10.	Значение СПФ в подготовке футболистов	1			Педагогическое	

					наблюдение	
11.	Развитие координационных способностей	2			Педагогическое наблюдение	
Ноябрь						
12.	Развитие скоростных способностей	2			Педагогическое наблюдение	
13.	Развитие силовых способностей	1			Педагогическое наблюдение	
	Раздел 5 Техническая подготовка:29 часов					
14.	Значение технической подготовки в футболе.	1			Педагогическое наблюдение	
15.	Характеристика техники сильнейших футболистов.	1			Педагогическое наблюдение	
16.	Промежуточная аттестация	1			Сдача нормативов	
17.	Техника передвижений	2			Педагогическое наблюдение	
Декабрь						
18.	Стойка игрока, перемещение в стойке	2			Педагогическое наблюдение	
19.	Техника владения мячом	2			Педагогическое наблюдение	
20.	Ведение мяча с сопротивлением	2			Педагогическое наблюдение	
21.	Ведение мяча без сопротивления	2			Педагогическое наблюдение	
Январь						
22.	Выбивание мяча	2			Педагогическое наблюдение	
23.	Техника ловли, передачи, ведения мяча	2			Педагогическое наблюдение	
24.	Удары по мячу внутренней и внешней стороной стопы	2			Педагогическое наблюдение	
25.	Техника нападения	2			Педагогическое	

					наблюдение	
Февраль						
26.	Отбор и перехват мяча	2			Педагогическое наблюдение	
27.	Техника защиты	2			Педагогическое наблюдение	
28.	Остановка летящего мяча подошвой, грудью	2			Педагогическое наблюдение	
29.	Техника передвижений, остановок и поворотов. Промежуточная аттестация	2			Промежуточная аттестация	
	Март					
	Раздел 6. Тактическая подготовка:11 часов					
30.	Значение технической и тактической подготовки в футболе.	1			Педагогическое наблюдение	
31.	Индивидуальные тактические действия в нападении и защите	2			Педагогическое наблюдение	
32.	Индивидуальные тактические действия в нападении	2			Педагогическое наблюдение	
33.	Индивидуальные тактические действия в защите	2			Педагогическое наблюдение	
34.	Командные тактические действия в защите	2			Педагогическое наблюдение	
Апрель-май						
35.	Тактика свободного нападения	2			Педагогическое наблюдение	
	Раздел 7 Учебно-тренировочная игра. Итоговая аттестация 13 часов					
36.	Учебно-тренировочная игра	11			Педагогическое наблюдение	
37.	Итоговое занятие. Контрольная игра в футбол	1			Педагогическое наблюдение	
38.	Итоговая аттестация	1			соревнование	
	ИТОГО	72				

9.4. Лист корректировки
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
спортивного кружка «Юный футболист»

№ п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с ответственным лицом (подпись)