

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД АРМАВИР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ № 11 ИМЕНИ ВЯЧЕСЛАВА
ВЛАДИМИРОВИЧА РАССОХИНА**

РАССМОТРЕНО

Научно-методической
кафедрой ЭВ и ВО
Л.А. Орловская
Протокол № 1
от 29.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по воспитательной работе
И.П. Мезенцева
«30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
А.М. Абелян
Приказ № 01-10/464
от 31.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ФУТБОЛ»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год (36 часов)

Возрастная категория: 10-13 лет

Состав группы: 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 35535

Автор-составитель: Минько Д.Ю., педагог дополнительного образования

г. Армавир

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность Учебный план и содержание данной программы опирается на материалы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности по футболу (одобрена экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации по совершенствованию системы физического воспитания в образовательных организациях Российской Федерации (протокол №12 от 26 апреля 2016 года).

- Федеральный закон от 30 апреля 2021 г. N 127-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" и Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации";

- Программа «Развитие футбола в Российской Федерации до 2024 года» (приказ от 12 мая 2017 г. № 427 Об утверждении программы развития футбола в Российской Федерации до 2024 года);

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 N 2945-Р «Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка», (протокол от 07 декабря 2018 года № 3);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Методические рекомендации Минобрнауки России от 26 июня 2017 года ВК-1671/09 «По реализации Всероссийского проекта «Футбол в школу» в общеобразовательных организациях Российской Федерации»;

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

Программа «Футбол для начинающих» является модифицированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что программа способствует раскрытию способностей каждого отдельно взятого учащегося посредством занятий вида спорта футбол. Она способствует сохранению физического и психического здоровья учащегося, их успешности, адаптации в обществе; формированию устойчивой привычки к здоровому образу жизни.

В программе уделяется большое внимание патриотическому, гражданскому воспитанию средствами футбола на основе Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России.

В настоящее время приходится констатировать, что за время обучения в школе число здоровых учащихся сокращается и увеличивается число хронически больных детей и количество детей «группы риска». Наиболее типичны для школьников нарушения опорно-двигательного аппарата: осанки и стоп, различные формы сколиоза, органов зрения, а также негармоническое физическое развитие.

Поэтому один из путей выхода из ситуации - разработка программ, способствующих укреплению здоровья учащихся, развитию двигательной активности, внедрению комплекса оздоровительных мероприятий. Программа «Футбол для начинающих» в значительной степени поможет восполнить недостаток движения, а также предупредить умственное переутомление и повысить общую работоспособность учащихся. Поэтому данная программа необходима и востребована, социально значима.

Новизна

Новизна программы заключается в использовании наиболее адаптированных к физкультурно-оздоровительной деятельности средств и методов спортивной подготовки, применяемых при обучении футболом, в целях сохранения здоровья, разносторонней физической подготовки учащихся, повышения мотивации к обучению и физическому развитию, формированию навыков самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Педагогическая целесообразность

В программе определены ценностные ориентиры, личностные, метапредметные и предметные результаты освоения футбола.

Программа «Футбол для начинающих» использует современные технологии преподавания, связанные с применением информационно - коммуникативных технологий и мультимедийных программ. В ней реализуется личностно-ориентированный подход к физическому воспитанию,

Программа поможет учащимся познакомиться с профессиями спортивной индустрии, ориентируя их на будущую профессию, связанную со спортивной, физкультурно-оздоровительной деятельностью или службой в государственных силовых структурах.

так как программа создаёт условия для индивидуализации учебно-тренировочного процесса на основе регулирования интенсивности физических нагрузок в соответствии с уровнем физического развития и особенностями личности (развития волевых качеств, устойчивости психики и т.п.) учащихся.

Отличительные особенности

Особенность данной программы заключается в том, что она дает возможность всем учащимся, независимо от уровня физической подготовки и природной комплекции, без какой-либо предварительной подготовки получить простейшие навыки техники и тактики вида спорта футбол,

Программа «Футбол для начинающих» может рассматриваться как одна из ступеней по формированию культуры здоровья и способствует повышению эффективности воспитательной деятельности в системе дополнительного образования, физической культуры и спорта, развивает формы включения учащихся в физкультурно-спортивную, игровую деятельность.

Содержание Программы группируется вокруг уникального комплекса физического воспитания, что позволит сформировать у учащихся патриотические ценности, культуру здорового образа жизни. Программа будет способствовать физическому развитию подрастающего поколения.

Адресат программы: обучающихся в возрасте от 10 до 13 лет. К занятиям допускаются все учащиеся, независимо от уровня физического развития и физической подготовленности, без какой-либо предварительной подготовки и не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом. На занятиях осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку оздоровительной направленности получение простейших навыков техники и тактики вида спорта футбол с учетом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся, обучение приемам страховки и само страховки, умению правильно падать. Этот учебный период (1 года) является ознакомительным и позволит подготовить учащихся для занятий видом спорта самбо при переходе на базовый уровень

Уровень программы: ознакомительный.

Объем программы: 36 часа

Продолжительность программы: 1 год

Форма обучения – очная, групповая

Формы занятий: по программе предусматривается проведение разнообразных форм занятий: теоретические, практические, комбинированные (совмещение теории и практики), беседы, опросы, игры, интерактивные, участие в физкультурно-оздоровительных и спортивно- массовых мероприятиях, зачёты. Программа «Футбол для начинающих» предусматривает следующие формы организации учебно-тренировочных занятий и формы организации учебной деятельности:

- теоретические (лекции, семинары, консультации, тренинги, экскурсии и др.);
- практические (общая физическая, специальная, техническая, тактическая и психологическая подготовки, мастер-классы, соревновательная деятельность и др.);
- индивидуальные, групповые, фронтальные.

Особенностями организации образовательного процесса по программе «Футбол для начинающих» является сочетание тренировочных занятий с выступлениями на физкультурно-оздоровительных и спортивно- массовых мероприятиях, на которых учащиеся имеют возможность проявить себя, презентовать достигнутый технический уровень ведения спортивных состязаний. Программа разработана на основе базовых и наиболее безопасных элементов футбола с учетом возрастных и

психофизиологических особенностей обучающихся. С учетом контактности данного вида спорта, предусматривается четкое соблюдение требований по обучению, указанных в программе. Программа предусматривает знакомство с историей, теорией и практическими приёмами игры, овладение базовыми элементами спортивной техники, приобретение специальных умений и навыков. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям учащихся. Программа разработана на основе следующих принципах: Принцип вариативности предусматривает в зависимости от индивидуальных особенностей учащихся вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи. Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания учебной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, теоретической подготовки; восстановительных мероприятий. Принцип доступности и индивидуализации (учет возрастных и индивидуальных особенностей в освоении учебного материала, регулярность занятий, чередование нагрузок и отдыха). Принцип наглядности (создание правильного представления (наглядного образа) на основе зрительного, слухового, тактильного и мышечного восприятия) и другие.

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

1.2 ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
- выявление перспективных детей и подростков для последующего совершенствования их спортивного мастерства в спортивных школах,
- формирование потребности в здоровом образе жизни, укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
- обеспечение общефизической подготовки;

Реализация данной цели осуществляется через решение следующих задач:

- привить навыки личной гигиены, обучить простейшим приемам закаливания и убедить в необходимости повседневного их применения;
- воспитать силовые качества, координационные навыки, обучить приемам страховки, само страховки;
- развить мотивацию к познанию и самосовершенствованию, сформировать потребность к регулярным занятиям спортом;
- развивать морально-волевые качества, смелость и решительность;

- обучить базовым приемам, элементам техники и тактики игры футбол, дать возможность проявить себя в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях;

Задачи обучения:

- Укрепление здоровья и закаливание организма детей.
- Формирование стойкого интереса к занятиям.
- Всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
- Воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, ловкости) для успешного овладения навыками игры.
- Обучение основным приемам техники и тактическим действиям игры в футбол.
- Привитие навыков соревновательной деятельности.
- Формирование дружеских отношений внутри детского коллектива.

1.3 СОДЕРЖАНИЕ.

1.3.1. Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Теоретическая подготовка	1			Собеседование
1.1	Спорт в России. Массовый народный характер спорта. (одно занятие)		1		Тестирование
2	Раздел 2. Общая физическая подготовка	6			
2.1	Выносливость			1	
2.2	Силовые способности			1	
2.3	Быстрота			1	
2.4	Гибкость			1	
2.5	Ловкость			2	
3	Раздел 3. Техническая подготовка	10			Наблюдения, тестирование
3.1	Техника защиты			4	
3.2	Техника нападения			5	
3.3	Контрольный тест.			1	
4	Раздел 4. Тактическая подготовка	5			Наблюдение
4.1	Тактика защиты			3	
4.2	Тактика нападения			1	
4.3	Контрольный тест.			1	
5	Раздел 5. Игровая подготовка	5			Наблюдение
5.1	Учебная игра			1	
5.2	Спортивные игры			4	
6	Раздел 6. Инструкторская практика	2		2	
7	Раздел 7. Соревнования	7		7	
	Итого	36	1	35	

1.3.2. Содержание учебного плана программы.

Раздел 1. Теоретическая подготовка (1 ч.)

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. (одно занятие)

Раздел II. Общая физическая подготовка (6 ч.)

2.1. Выносливость.

Упражнение на тренировку выносливости: (одно занятие)

2.2. Силовые способности.

Силовые упражнения. (одно занятие)

Упражнения на расслабление. (одно занятие)

2.3. Быстрота.

Упражнения на развитие быстроты: (одно занятие)

2.4. Гибкость.

Упражнения на развитие гибкости: (одно занятие)

2.5. Ловкость.

Упражнения на развитие ловкости. (одно занятие).

Раздел III. Техническая подготовка (10 ч.)

3.1. Техника защиты

Передача мяча в движении (одно занятие)

Ведение мяча с быстрым изменением движения, (одно занятие)

Обманные движения на скорости, игра головой в обороне (одно занятие),

Игра головой с партнёром (одно занятие).

3.2. Техника нападения.

Обыгрыш быстро сближающегося защитника (одно занятие).

Обводка защитников в изменяющейся обстановке (одно занятие).

Отработка коротких передач внутренней и внешней сторонами (1 занятие).

Короткая передача с лёта (одно занятие).

Короткие передачи в движении. (одно занятие).

3.3. Контрольный тест.

Удар по мячу на дальность. (одно занятие).

Раздел IV. Тактическая подготовка (5 ч)

4.1. Тактика защиты

Быстрое перестроение от обороны к началу и развитию атаки (одно занятие).

Выбор места при ловле мяча на выпаде и на перехвате (одно занятие).

Отработка «закрывания», перехвата и отбора мяча (одно занятие).

4.2. Тактика нападения

Организация постепенного нападения, организация быстрого нападения (одно занятие).

4.3. Контрольный тест.

Жонглирование мячом ногами (кол-во ударов) (одно занятие).

Раздел V. Игровая подготовка (5 ч)

- 5.1. Учебная игра 5x5 (одно занятие).
- 5.2. Учебная игра с ограничениями. (одно занятие).
 - Спортивные игры (одно занятие).
 - Эстафеты (одно занятие).
 - ОРУ (одно занятие).

Раздел VI. Инструкторская практика (2 ч)

- 6.1. Судейство учебных игр (одно занятие).
 - Составление положения о проведении соревнований по футболу (одно занятие).

Раздел VII. Соревнования (7 ч)

- 7.1 Внутригрупповые соревнования по футболу (два занятия).
 - Игра «Третий лишний» (одно занятие).
 - Игра «Вышибалы» (одно занятие).
 - Эстафеты (одно занятие).
 - Челночный бег (одно занятие).
 - Круговая эстафета (одно занятие).

1.4 ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные результаты освоения программы «Футбол для начинающих» отражают: формирование первоначальных представлений о значении освоенных двигательных умений и навыках для физического, социального и психологического здоровья, о их позитивном влиянии на физическое, интеллектуальное, эмоциональное и социальное развитие человека; о физической культуре и здоровье как факторе успешной учебы и социализации.

Личностные результаты:

В области патриотического воспитания: формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину.

В области познавательной культуры: владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма; способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности футбола.

В области нравственной культуры: способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе

занятий физической культурой и игровой деятельности ; владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры: умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям.

В области эстетической культуры: умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений; умение передвигаться и выполнять сложные координационные движения красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры: владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры: владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений системы упражнений самбо, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности; умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по разделам программы.

Ожидаемые результаты

- улучшение физических кондиций,
- рост уровня развития физических качеств,
- освоение основных приёмов и навыков игры в футбол,
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни,
- рост личностного развития ребёнка,
- умение ребёнком оценивать свои достижения.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.

Начало учебного периода: 1 сентября

Окончание учебного периода: 31 мая

Продолжительность: 36 недель.

№	Номер недели	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения	Место проведения	Форма контроля
1.	1	Спорт в России. Массовый народный характер спорта.	1	Беседа	ФОК, спорт площадка	Опрос
2.	2	Выносливость. Упражнение на тренировку выносливости.	1	Практическое проведения,	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
3.	3	Силовые упражнения. Упражнения на расслабление.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
4.	4	Быстрота. Упражнения на развитие быстроты.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
5.	5	Гибкость. Упражнения на развитие гибкости	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
6.	6	Ловкость. Упражнения на развитие ловкости	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
7.	7	Ловкость. Упражнения на развитие ловкости.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
8.	8	Техника защиты. Передача мяча в движении	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
9.	9	Техника защиты. Ведение мяча с быстрым изменением движения	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
10.	10	Техника защиты. Обманные движения на скоростиюю, игра головой в обороне	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
11.	11	Техника защиты. Игра головой с партнёром.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
12.	12	Техника нападения. Обыгрыш быстро сближающегося защитника.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
13.	13	Техника нападения.	1	Практическое	ФОК, спорт	Опросы,

		Обводка защитников в изменяющейся обстановке.		занятие	площадка	контрольные испытания
14.	14	Техника нападения. Отработка коротких передач внутренней и внешней сторонами стопы.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
15.	15	Техника нападения. Короткая передача с лёта	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
16.	16	Техника нападения. Короткие передачи в движении.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
17.	17	Контрольный тест: удар по мячу на дальность.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
18.	18	Тактика защиты. Быстрое перестроение от обороны к началу и развитию атаки..	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
19.	19	Тактика защиты. Выбор места при ловле мяча на выпаде и на перехвате.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
20.	20	Тактика защиты. Отработка «закрывания», перехвата и отбора мяча	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
21.	21	Тактика нападения Организация постепенного нападения, организация быстрого нападения.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
22.	22	Контрольный тест; жонглирование мячом ногами (кол-во ударов)	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Опросы, контрольные испытания
23.	23	Учебная игра 5 x 5.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
24.	24	Учебная игра с ограничениями.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования

25.	25	Спортивные игры.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
26.	26	Эстафеты	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
27.	27	ОРУ	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
28.	28	Судейство учебных игр.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
29.	29	Составление положения о проведении соревнований по футболу.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
30.	30	Внутригрупповые соревнования по футболу	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
31.	31	Внутригрупповые соревнования по футболу	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
32.	32	Игра «Третий лишний»	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
33.	33	Игра «Вышибалы»	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
34.	34	Эстафеты.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
35.	35	Челночный бег.	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования
36	36	Круговая эстафета	1	Практическое занятие	ФОК, спорт площадка	Игры, соревнования

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся в физкультурно-оздоровительном комплексе и на спортивной площадке, где все оборудовано для занятий спортом, имеются тренажеры, перекладины, раздевалки для переодевания.

Оборудование:

- Футбольное поле - 1 шт.;

- Футбольные ворота - 2 шт.;
- скакалки - 10 шт.;
- фишки переносные - 20 шт.
- мячи мини-футбольные - 15 шт.
- Флаги для разметки футбольного поля – 4 шт.
- Гантели массивные от 1 до 5 кг –15 шт.
- Насос универсальный для накачивания мячей –2 шт.
- Мяч набивной весом от 1 до 5 кг – 25 шт.
- Манишки футбольные – 15 шт.

Информационное обеспечение.

1. Интерактивные учебные пособия:

1. Комплексы упражнений для тренировки юных футболистов. Автор: Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А.И. – 2014 г.
2. Современный футбол: состояние и перспективы. Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. – 2012 г.
3. Футбол. Базовые элементы тактики зонного прессинга. Автор: Чирва Б.Г. – 2006 г.
4. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений». Автор: Голомазов С.В., Чирва Б.Г. – 2006 г.
5. Футбол. Методика тренировки техники головой. Автор: Голомазов С.В., Чирва Б.Г. – 2006 г.
6. Футбол. Универсальная техника атаки. Автор: Голомазов С.В., Чирва Б.Г. – 2006 г.

Электронные ресурсы:

1. Центр подготовки специалистов в сфере футбола <http://cpef.su>
2. Большой электронный сборник литературы по футболу <https://futsalki.ru>

Кадровое обеспечение

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, обладающим профессиональными знаниями в предметной области, знающего специфику ОДО, имеющего практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Общефизическая подготовка.

Контроль эффективности применяемых средств по общефизической подготовке проводятся контрольными упражнениями. Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

- бег на короткие дистанции (30,60м, 100м);
- бег на длинные дистанции (3000м.);
- сгибание- разгибание рук в упоре лёжа;
- подтягивание на высокой перекладине;

- поднимание туловища за 1 мин.
- челночный бег 3 x10 м.

Техническая подготовка

Контроль освоения учащимися технических элементов футбола проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения тестовых упражнений (Приложение 1)

Тактическая подготовка

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается в вынесении оценочных суждений по выполнению учащимися действий в защите и нападении с учётом выполнения игроками тех или иных функций.

2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Контрольные упражнения технических элементов футбола .

№	тесты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Удар по мячу на дальность (м)	24 м	22 м.	18 м.
2	Комплексное упражнение: ведение 10 м., обводка 3-х стоек, поставленных на 12 метровом отрезке, с последующим ударом в цель (2,5 на 1,2 м.) с расстояния 6 м- из трёх попыток (сек)	12	14	16
3	Бег на 30 метров с ведением мяча (с)	7 с.	8 с.	10 с.
4	Жонглирование мячом ногами (кол-во ударов)	8	6	4

2.5 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Организация и проведение специальных игр.

Вначале изучаемое действие выполняют на небольшой скорости и без сопротивления соперника, затем включают активного соперника, увеличивают быстроту действий, для чего используют соревнования, специальные игровые упражнения и игры. Например, игрок получает задание отработать один основной прием (удар либо остановку), но во всех вариантах, какие только возможны.

Задача: воспитать у игрока точность передачи, умение принимать мяч соответствующей частью тела.

Вариант 1. Посылать мяч с места внешней частью подъема на высоте груди (живота или ниже) с расстояния 10—12 м. Партнер принимает мяч

соответствующей частью тела, дает ему упасть и, остановив, посылает на той же высоте обратно. То же выполняют на бегу с расстояния 15—18 м.

Вариант 2. В середине круга центральный игрок, два других бегут по кругу. В этом упражнении отрабатывают различные виды передач. В зависимости от того, как передается мяч, он и отыгрывается (низко, на уровне туловища, на уровне головы). Передача все время в сторону бегущего партнера. Вначале бег по кругу может быть равномерным, а затем с изменением скорости.

Вариант 3. Совершенствование изученного упражнения: а) «Четыре игрока против двух» на ограниченном пространстве. Мяч передают по диагонали, поперек и прямо. Отрабатывают передачу мяча заданным способом и оборону при численном превосходстве противника. Один нападает на противника, владеющего мячом, другой прикрывает свободное пространство; б) «Футбол — теннис» головой. Площадка 16 x 10 м, сетка (веревка) натянута на высоте 2 м. На каждой половине по 3—5 человек;

в) «Футбол без бега». Поле 20 x 40 м. Маленькие ворота без вратарей. Бегать нельзя. Если игрок побежит, противник бьет штрафной удар;

г) «Пятнашки с мячом». Два игрока пытаются передачами мяча запятнать (ниже пояса) остальных игроков. Тот, кого запятнали, присоединяется к водящим. Кто остается последним, становится победителем;

д) игроки объединяются по 3—4 человека. Им отводится небольшое поле (чтобы игра шла без суতোки). Время игры 3—5 мин. Задача: держать мяч как можно дольше. Побеждает та группа, которая чаще завладевала мячом (группы одеть в разного цвета майки).

Подводящие подвижные игры

1. «Сражение мячами». Два игровых поля 5x5 м (можно больше или меньше) делят зоной шириной 2 м. Играют две команды, у каждой — одинаковое количество мячей. Задача каждой команды — очистить свое поле от мячей, выбрасывая мяч руками или выбивая его ногами. Если в течение 3 мин этого не произойдет, то победительницей объявляется команда, на чьем поле в этот момент оказалось меньше мячей.

2. «Мяч на башне». Две команды выстраиваются шеренгами лицом друг к другу на расстоянии 20 м. Посередине находится гимнастический плинт, на нем лежит медицинбол. Каждая команда имеет одинаковое количество мячей. По сигналу обе команды стараются сбить медицинбол с «башни». За каждый сбитый мяч команде засчитывается очко. Способ выполнения ударов тренер задает в зависимости от цели упражнения.

3. Две равные по числу игроков команды стоят в колоннах друг против друга. Расстояние между игроками 2 м. Один игрок стоит в 5—10 м от колонны и вбрасывает мяч на стоящего впереди в колонне, тот принимает мяч, останавливает, ведет «слаломом» в конец колонны и затем посылает сквозь расставленные ноги всей колонны вбрасывающему. Победителем считается команда, которая быстрее закончит упражнение.

2.6 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагогов.

1. Рогальский Н., Дегель Э, футбол для юношей. М, ФиС 2019.
2. Футбол. Учебное пособие для тренеров. 2-е издание. М. ФиС 2018.
3. Футбол. Учебное пособие для институтов физической культуры. М., ФиС.
4. Чанади А. Футбол. Техническая подготовка. М., ФиС 2019.
5. Чанади А. Футбол. Тактика игры в футбол. М., ФиС 2020.
6. Матвеев А.П. Программа по физической культуре. Уроки футбола в общеобразовательной школе. 2020.
7. Набатникова Н.Я. Основы управления подготовкой юных спортсменов. М., ФиС 2020.
8. Лаптева А.П. и Сучилина А.А. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. М., ФиС 2019.
9. Спиринов А, А. Будогосский. Футбол: правила игры. Вопросы и ответы. М., Общероссийская Ассоциация "Центр" – "Футбольный арбитр" 2019.
10. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол : пособие для учителей и методистов Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М. : Просвещение, 2019.

Для учащихся.

1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2020г.
2. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2019 г.
3. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2019 г. №1.
4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I, II, III, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек. 2019 г.
5. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2018г.
6. Футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2019 г.
7. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. 2019 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190456

Владелец Абеян Арменуи Мартиновна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024