

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУДО
«Дом детского творчества»

Ф.В. Анисеев-Борн
«28» августа 2024 г.

Рассмотрена
на методическом совете
Протокол №4
от «28» августа 2024 г.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Футбол»**

Адресат программы: обучающиеся 7-14 лет
Срок реализации: 1 год
Направленность: физкультурно-спортивная

Разработчик программы:
Зорников Игорь Аркадьевич,
педагог дополнительного образования

г. Усолье-Сибирское, 2024 г.

| Содержание программы | стр. |
|---|-------------|
| 1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы | |
| 1.1 Пояснительная записка | 3 |
| 1.2 Цель, задачи программы | 4 |
| 1.3 Содержание программы. Учебный план | 5 |
| 1.4 Содержание учебно-тематического плана | 6 |
| 1.5 Планируемые результаты освоения программы | 7 |
| 2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий | |
| 2.1 Календарный учебный график | 8 |
| 2.2 Условия реализации программы | 16 |
| 2.3 Формы аттестации | 16 |
| 2.4 Оценочные материалы | 16 |
| 2.5 Методические материалы | 18 |
| 2.6 Ссылки и список литературы | 20 |
| 3 Раздел. | |
| Приложение 1 | 21 |
| Приложение 2 | 25 |

1 Раздел. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» разработана с учетом требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (глава 10, статья 75), «Конвенции о правах ребёнка», в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р), Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам, утвержденным приказом Минобрнауки России (от 09.11.2018 г. № 196), Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, (включая разноуровневые программы) Минобрнауки России от 18 ноября 2015 года № 09-3242, Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14, методических рекомендаций по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ в организациях, осуществляющих образовательную деятельность в Иркутской области от 2016 года, положением «О порядке разработки и реализации дополнительной общеразвивающей программы Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского творчества», Уставом Учреждения.

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» носит физкультурно-спортивную направленность.

Уровень реализации программы – базовый.

Адресат программы – программа адресована обучающимся в возрасте от 7 до 14 лет. Данная возрастная категория характеризуется тем, что в этом возрасте дети способны быстро овладевать теми или иными видами деятельности, что определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития и дальнейшего самоопределения личности. Дети не должны иметь медицинских противопоказаний для занятий по программе.

Наполняемость учебных групп составляет 18 человек.

Объем программы: 216 часов.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена рядом качеств: личностная ориентация; практическая направленность; мобильность; разноуровневый подход; реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся. Футбол позволяет решить проблему занятости обучающихся в свободное время, пробуждения интереса у обучающихся к определенному виду спорта.

Актуальность программы состоит в том, что она способствует формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля обучающихся.

Футбол занимает одно из приоритетных мест в физическом воспитании детей и подростков благодаря своей воспитательной, оздоровительной, образовательной направленности среди других видов спортивной деятельности.

Здоровьеформирующая функция футбола заключается в эффективном развитии основных двигательных и координационных способностей обучающихся.

Отличительная особенность. Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в футбол. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в футбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей обучающихся.

Программа «Футбол» учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше обучающихся, желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения.

Новизна программы состоит в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться воспитанием здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Ведущими ценностными приоритетами данной программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса, формирование здорового образа жизни, саморазвитие личности, создание условий для педагогического творчества, поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Режим занятий:

| Год обучения | Возраст детей | Количество часов в неделю/ количество часов в год | Продолжительность занятий |
|---------------------|----------------------|--|---|
| 1 год обучения | 7-14 лет | 6 ч/ 216ч | 3 раза в неделю по 2 занятия, 45 минут – 1 занятие, с переменой - 10 минут. |

Форма обучения по программе очная.

Занятия ведутся на базе муниципального учреждения дополнительного образования детей «Дом детского творчества» г. Усолье-Сибирское.

1.2. Цель, задачи программы

Цель программы: приобщить обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни.

Задачи.

Образовательные:

- усвоение правил игры в футбол;
- овладение обучающимися основным арсеналом технических приемов и тактическими действиями по футболу.
- приобретение опыта участия в соревнованиях;
- усвоение элементарных знаний по личной гигиене;
- расширение спортивного кругозора обучающихся;

Развивающие:

- развитие самодисциплины и самоконтроля;
- развитие волевых качеств спортсмена;
- повышение общего уровня культуры;
- укрепление здоровья и закаливание организма;
- физическое совершенствование;
- всесторонняя физическая подготовка с преимущественным развитием быстроты, ловкости, координации движений, скоростно-силовых качеств и общей выносливости.

Воспитательные:

- воспитание дисциплины и трудолюбия;
- ориентация на общечеловеческие ценности и поведение в соответствии с морально-этическими нормами и правилами;
- воспитание чувства коллективизма, чувства личной ответственности.

1.3. Содержание программы. Учебный план

| № | Название темы | Кол-во часов | Теория | Практика | Формы аттестации |
|---|---|--------------|-----------|------------|---------------------------|
| 1 | История развития футбола в Р.Ф. Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий. | 1 | 1 | - | Рассказ. опрос |
| 2 | Теоретическая подготовка. Основные правила игры в футбол. | 15 | 15 | - | Опрос, беседа |
| 3 | Общая и специальная физическая подготовка | 84 | 5 | 79 | Практическая работа |
| 4 | Техническая подготовка (основы). Учебно-тренировочные игры. | 50 | 3 | 47 | Педагогическое наблюдение |
| 5 | Тактическая подготовка (основы) Товарищеские встречи. | 42 | 6 | 36 | Педагогическое наблюдение |
| 6 | Футбольные встречи, соревнования | 22 | 1 | 21 | Педагогическое наблюдение |
| 7 | Промежуточная аттестация | 2 | 1 | 1 | Тестирование, зачет |
| | Итого | 216 | 31 | 185 | |

1.4 Содержание учебно-тематического плана

| Раздел (глава) | Содержание |
|--|--|
| История развития футбола в Р.Ф. Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий. | Теория: Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий. |
| Теоретическая подготовка. Основные правила игры в футбол. | Теория: Состояние и развитие футбола в России. Профилактика травматизма. Общая характеристика спортивной подготовки. Основы техники игры и техническая подготовка. Основы тактики игры и тактическая подготовка. Физические качества и физическая подготовка. |
| Общая и специальная физическая подготовка. | ОФП: Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. СФП: Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. Удар мяча после отбора с попаданием в цель. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м. |
| Техническая подготовка (основы). Учебно-тренировочные игры. | Обводка соперника. Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема. Удары по мячу головой, жонглирование мячом. |
| Тактическая подготовка (основы) Товарищеские встречи. | Выход для получения и отвлечения мяча. Атака ворота. Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Подстраховка. Переключение. Противодействие атаке в ворота. Система личной защиты. |
| Футбольные встречи, соревнования. | Участие в соревнованиях на основании «Календаря спортивно-массовых мероприятий». Контрольные игры на учебно-тренировочных занятиях. Товарищеские встречи. «Кожаный мяч» |
| Промежуточная аттестация. | Усвоение изученного материала. Результаты выступления на соревнованиях и индивидуальные игровые показатели. Выполнение контрольных |

1.5 Планируемые результаты освоения программы

По завершении освоения 1 года программы обучающиеся должны

знать:

- правила игры в футбол;
- основной арсенал технических приемов и тактических действий по футболу;
- элементарные правила по личной гигиене;
- особенности развития физических способностей на занятиях.

уметь:

- выполнять передачу партнеру;
- выполнять ведение мяча, его остановку внутренней стороной стопы, подошвой, грудью, передачу мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема, удары по мячу головой, жонглирование мячом;
- выполнять перехват, накрывание;
- применять в игре командное нападение;
- взаимодействовать, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре;
- демонстрировать удары с расстояния 11 метров, удары со средних и дальних дистанций; удары по воротам после ведения; передачи мяча в парах; передачи мяча в движении; обводку стоек; штрафной удар.

Будут развиты следующие качества:

- самодисциплина и самоконтроль;
- волевые качества спортсмена;
- высокий уровень культуры;
- дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдение правил игры и соревнований;
- управление эмоциями, контроль за своими действиями;
- работа в группе и подчинение своих интересов коллективу.

2 Раздел. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

| Месяц | № занятия | Наименование разделов и тем | Тема урока | Кол-во часов | Формы текущего контроля/ промежуточная аттестация |
|-------|-----------|--|--|--------------|---|
| | 1 | История развития футбола в Р.Ф. Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий. | Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий. | 1 | Беседа, опрос. |
| | 2 | Теоретическая подготовка. Основные правила игры в футбол. | Состояние и развитие футбола в России. | 2 | Беседа, опрос. |
| | 3 | | Профилактика травматизма. | 2 | Беседа, опрос. |
| | 4 | | Общая характеристика спортивной подготовки. | 2 | Беседа, опрос. |
| | 5 | | Общая характеристика спортивной подготовки. | 2 | Беседа, опрос. |
| | 6 | | Общая характеристика спортивной подготовки. | 2 | Беседа, опрос. |
| | 7 | | Основы техники игры и техническая подготовка. | 2 | Беседа, опрос. |
| | 8 | | Физические качества и физическая подготовка. | 2 | Беседа, опрос. |

| | | | | | |
|----------|----|---|---|---|---------------------|
| Сентябрь | 9 | | Физические качества и физическая подготовка. | 2 | Беседа, опрос. |
| | 10 | Общая и специальная физическая подготовка. | Упражнения для шеи и туловища. | 2 | Практическая работа |
| | 11 | | Упражнения для шеи и туловища. | 2 | Практическая работа |
| Октябрь | 12 | | Упражнения для шеи и туловища. | 2 | Практическая работа |
| | 13 | | Упражнения для шеи и туловища. | 2 | Практическая работа |
| | 14 | | Наклоны, вращения, повороты головы. | 2 | Практическая работа |
| | 15 | | Наклоны, вращения, повороты головы. | 2 | Практическая работа |
| | 16 | | Наклоны, вращения, повороты головы. | 2 | Практическая работа |
| | 17 | | Наклоны, вращения, повороты головы. | 2 | Практическая работа |
| | 18 | | Наклоны, вращения, повороты головы. | 2 | Практическая работа |
| | 19 | | Упражнения для всех групп мышц. | 2 | Практическая работа |
| | 20 | | Упражнения для всех групп мышц. | 2 | Практическая работа |
| | 21 | | Упражнения для всех групп мышц. | 2 | Практическая работа |
| | 22 | | Упражнения для всех групп мышц. | 2 | Практическая работа |
| | 23 | | Упражнения для всех групп мышц. | 2 | Практическая работа |
| | 24 | | Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. | 2 | Практическая работа |
| | 25 | | Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. | 2 | Практическая работа |
| | 26 | | Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. | 2 | Практическая работа |

| | | | | |
|----|--|--|---|---------------------|
| 27 | | Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. | 2 | Практическая работа |
| 28 | | Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. | 2 | Практическая работа |
| 29 | | Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. | 2 | Практическая работа |
| 30 | | Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. | 2 | Практическая работа |
| 31 | | Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. | 2 | Практическая работа |
| 32 | | Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. | 2 | Практическая работа |
| 33 | | Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. | 1 | Практическая работа |
| 34 | | Бег по наклонной плоскости вниз. | 2 | Практическая работа |
| 35 | | Бег по наклонной плоскости вниз. | 2 | Практическая работа |
| 36 | | Бег по наклонной плоскости вниз. | 2 | Практическая работа |
| 37 | | Бег по наклонной плоскости вниз. | 2 | Практическая работа |

| | | | | | |
|--------|----|--|---|---|---------------------|
| Ноябрь | 38 | | Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. | 2 | Практическая работа |
| | 39 | | Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. | 2 | Практическая работа |
| | 40 | | Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. | 2 | Практическая работа |
| | 41 | | Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. | 2 | Практическая работа |
| | 42 | | Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. | 2 | Практическая работа |
| | 43 | | Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. | 2 | Практическая работа |
| | 44 | | Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. | 2 | Практическая работа |
| | 45 | | Удар мяча после отбора с попаданием в цель. | 2 | Практическая работа |
| | 46 | | Удар мяча после отбора с попаданием в цель. | 2 | Практическая работа |
| | 47 | | Удар мяча после отбора с попаданием в цель. | 2 | Практическая работа |
| | 48 | | Удар мяча после отбора с попаданием в цель. | 2 | Практическая работа |
| | 49 | | Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м. | 2 | Практическая работа |

| | | | | | |
|---------|----|--|---|---|---------------------------|
| Декабрь | 50 | | Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м. | 2 | Практическая работа |
| Январь | 51 | | Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м. | 2 | Практическая работа |
| | 52 | Техническая подготовка (основы). Учебно-тренировочные игры. | Обводка соперника. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 53 | | Обводка соперника. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 54 | | Обводка соперника. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 55 | | Ведение, остановка внутренней стороной стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 56 | | Ведение, остановка внутренней стороной стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 57 | | Ведение, остановка внутренней стороной стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 58 | | Ведение, остановка подошвой. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 59 | | Ведение, остановка подошвой. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 60 | | Ведение, остановка подошвой. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 61 | | Ведение, передача мяча. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 62 | | Ведение, передача мяча. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 63 | | Ведение, передача мяча. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 64 | | Удары по воротам внутренней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |

| | | | | | |
|----------------|----|--|---|---|---------------------------|
| Февраль | 65 | | Удары по воротам внутренней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 66 | | Удары по воротам внутренней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 67 | | Удары по воротам внутренней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 68 | | Удары по воротам внешней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 69 | | Удары по воротам внешней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 70 | | Удары по воротам внешней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 71 | | Удары по воротам внешней частью стопы. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 72 | | Удары по воротам серединой подъема. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| Март | 73 | | Удары по воротам серединой подъема. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 74 | | Удары по воротам серединой подъема. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 75 | | Удары по мячу головой. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 76 | | Удары по мячу головой. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 77 | | Удары по мячу головой. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 78 | | Жонглирование мячом. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 79 | | Жонглирование мячом. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 80 | Тактическая подготовка (основы) | Выход для получения и отвлечения мяча. | 2 | Педагогическое наблюдение |

| | | | | | |
|---------------|----|---------------------------------|--|---------------------------|---------------------------|
| | 81 | Товарищеские встречи. | Выход для получения и отвлечения мяча. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 82 | | Выход для получения и отвлечения мяча. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 83 | | Атака ворота. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 84 | | Атака ворота. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 85 | | Заслон. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| Апрель | 86 | Наведение. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 87 | Пересечение. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 88 | Треугольник. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 89 | Тройка. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 90 | Малая восьмерка. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 91 | Малая восьмерка. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 92 | Подстраховка. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 93 | Переключение. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 94 | Переключение. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 95 | Противодействие атаке в ворота. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 96 | Противодействие атаке в ворота. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 97 | Система личной защиты. | 2 | Педагогическое наблюдение | |
| | 98 | Система личной защиты. | 2 | Педагогическое наблюдение | |

| | | | | | |
|------------|-----|--|--|---|---------------------------|
| Май | 99 | Футбольные встречи, соревнования. | Участие в соревнованиях на основании «Календаря спортивно-массовых мероприятий». | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 100 | | Участие в соревнованиях на основании «Календаря спортивно-массовых мероприятий». | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 101 | | Участие в соревнованиях на основании «Календаря спортивно-массовых мероприятий». | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 102 | | Контрольные игры на учебно-тренировочных занятиях. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 103 | | Контрольные игры на учебно-тренировочных занятиях. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 104 | | Товарищеские встречи. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 105 | | Товарищеские встречи. | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 106 | | «Кожаный мяч». | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 107 | | «Кожаный мяч». | 2 | Педагогическое наблюдение |
| | 108 | Промежуточная аттестация. | Промежуточная аттестация. | 2 | Зачет Тестирование |

2.2. Условия реализации программы

Для успешной реализации поставленных задач занятий по «Футболу» необходимы:

- спортплощадка и футбольное поле;

Комплект спортивного инвентаря для занятий футболом:

- Футбольные мячи,
- ворота, сетки, свисток, секундомер,
- наглядные пособия,
- канат для перетягивания,
- скамейки гимнастические.
- экипировка футболиста.

2.3. Формы аттестации

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» предусматривает следующие формы контроля:

Входной контроль применяется при поступлении обучающегося в объединение в форме технического тестирования.

Промежуточная аттестация проводится в конце учебного года по окончании обучения по образовательной программе (май) в виде сдачи контрольных нормативов. Также формой подведения итогов реализации программы являются соревнования.

2.4. Оценочные материалы

Для определения достижений планируемых результатов обучающимися используется диагностическая программа по выявлению эффективности реализации программы.

По окончании освоения данной программы обучающиеся должны овладеть необходимыми двигательными навыками и показывать результаты, приведенные в таблицах.

Нормативы составлены с учетом дифференцированного подхода в освоении учебного материала для *обучающихся 7-14 лет*.

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Уровень выполнения упражнений оценивается по пятибалльной системе: все результаты ниже 3-х баллов оцениваются в 2 балла. Обучающемуся, сдающему комплекс контрольных нормативов ОФП, в зачет идут результаты четырех тестов, итоговая сумма очков определяется четырьмя уровнями подготовленности:

Отлично: от 18-20 баллов

Хорошо: от 15-17 баллов

Удовлетворительно: от 12-14 баллов

Неудовлетворительно: от 11 и ниже

| № п/п | Упражнения | оценка | ВОЗРАСТ | | | | | | |
|-------|-----------------------------|--------|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | 7-8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 1 | Бег 30 метров, сек | 5 | 6,5 | 6,2 | 5,9 | 5,6 | 5,3 | 5,0 | 4,7 |
| | | 4 | 7,0 | 6,7 | 6,4 | 6,1 | 5,8 | 5,5 | 5,2 |
| | | 3 | 7,5 | 7,2 | 6,8 | 6,6 | 6,3 | 6,0 | 5,8 |
| 2 | Прыжок в длину, см | 5 | 160 | 170 | 180 | 190 | 200 | 210 | 220 |
| | | 4 | 150 | 160 | 170 | 180 | 190 | 200 | 210 |
| | | 3 | 140 | 150 | 160 | 170 | 180 | 190 | 200 |
| 3 | Челночный бег 3 x 10 м, сек | 5 | 8,1 | 7,9 | 7,7 | 7,5 | 7,3 | 7,1 | 7,0 |
| | | 4 | 8,4 | 8,3 | 8,1 | 7,9 | 7,7 | 7,5 | 7,4 |
| | | 3 | 8,8 | 8,7 | 8,5 | 8,3 | 8,1 | 7,9 | 7,8 |
| 4 | Подтягивание, кол-во раз | 5 | 6 | 8 | 10 | 12 | 14 | 16 | 18 |
| | | 4 | 4 | 6 | 8 | 10 | 12 | 14 | 16 |
| | | 3 | 2 | 4 | 6 | 8 | 10 | 12 | 14 |

| ФИ учащегося | | | Уровень сформированности умений | | | | | | |
|--------------|--|--|---------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|---|-----------------------|--|--|
| | | | выполнять перехват, | применять в игре командное нападение | выполнять передачу партнеру | выполнять ведение мяча, его остановку внутренней стороной стопы, подошвой, грудью | удары по мячу головой | удары по воротам внутренней частью стопы, внешней, удары сепелиной полъема | выполнять приемы обыгрывания защитника |
| 1. | | | | | | | | | |
| 2. | | | | | | | | | |
| 3. | | | | | | | | | |
| 4. | | | | | | | | | |
| 5. | | | | | | | | | |

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся являются:

- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- овладение теоретическими знаниями и навыками;
- участие в соревнованиях по возрастной программе;
- выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов.

2.5. Методические материалы

Дидактические материалы:

- Картотека упражнений по футболу.
- Правила игры в футбол.
- Правила судейства в футболе.
- Положение о соревнованиях по футболу.
- Разработки общеразвивающих упражнений и подвижных игр.
- Инструкции по технике безопасности.
- Наглядные пособия (плакаты, схемы.)

- - -

Схемы и плакаты освоения технических приемов в футболе.

- Конспекты занятий
- Справочная литература
- Контрольные нормативы по ОФП для обучающихся.
- Методические рекомендации для обучающихся, родителей

Методы обучения и воспитания по программе:

Методы обучения:

- словесный;
- наглядный - практический;
- репродуктивный;
- игровой.

Методы воспитания:

- убеждение;
- поощрение;
- упражнение;
- стимулирование;
- мотивация.

Формы организации образовательного процесса – групповая и коллективная, в соответствии с дидактическими принципами и методическими закономерностями учебно-тренировочного процесса по футболу. Это связано с особенностями преподаваемой дисциплины, возрастными особенностями учащихся, и экономией финансовых средств на реализацию программы.

Формы организации учебных занятий:

В ходе проведения занятий педагог имеет возможность осуществлять обучение при использовании разнообразных форм организации образовательного процесса:

- беседа;
- комплексное занятие;
- тренировка;
- соревнование;
- игра;
- открытое занятие.

Педагогические технологии:

- Технология игровой деятельности;

- Технология группового обучения;
- Технология развивающего обучения;
- Коммуникативная технология обучения.

Алгоритм учебного занятия:

Подготовительная часть:

- 1) Начальная организация занимающихся.
- 2) Постановка цели и задач тренировочного занятия.
- 3) Содержание тренировочного занятия.
- 4) Функциональная подготовка к предстоящей физической деятельности.

Основная часть:

- 1) Организационный этап
- 2) Решение задач тренировочного процесса, связанных с обучением и совершенствованием техники и тактики.
- 3) Развитие специальных физических качеств.
- 4) Актуализация знаний.
- 5) Объяснение нового материала / Воспроизведение и коррекция знаний, полученных ранее / Обобщение и систематизация знаний
- 6) Выполнение практического задания – подвижные игры, отработка отдельных приемов игры, решение тактических задач и т.п.

Заключительная часть:

- 7) Рефлексия, демонстрация приобретенных навыков и умений.
- Перерыв 15 минут.

Принципы организации образовательного процесса:

Основу организации занятий с детьми определяют следующие принципы:

- Системность. Нельзя развивать лишь одну функцию. Необходима системная работа по развитию ребенка.
- Комплексность. Развитие ребенка – комплексный процесс, в котором развитие одной познавательной функции (например, речи) определяет и дополняет развитие других функций.
- Соответствие возрастным требованиям и индивидуальных возможностям.
- Адекватность требований и нагрузок, предъявляемых ребенку в процессе занятий. Это способствует оптимизации занятий и повышению эффективности, дает опору на функции, не имеющие недостатков при одновременном подтягивании отстающих функций.
- Постепенность и систематичность в освоении и формировании значимых функций. Следование от простых и доступных заданий к более сложным, комплексным.
- Индивидуализация темпа работы – переход к новому этапу обучения только после полного освоения материала предыдущего этапа.
- Повторность (цикличность повторения) материала позволяет формировать и закреплять механизмы реализации функций.

2.6. Список литературы

для педагога

1. Воробьев Н.П. Спортивные игры М: Просвещение, 2009
2. Губа В.И, Лексаков А.В. Теория и методика футбола. М.: Sport, 2016.
3. Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Брехов Л.В. Физическая культура. 5-7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Академкнига. 2013.
4. Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Брехов Л.В. Физическая культура 3-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Академкнига 2015.

для обучающихся и родителей

1. Спорт и подвижные игры. М.: Академия развития, 2010.
2. Спорт и подвижные игры. М.: 2014.

Интернет-ресурсы:

1. Азы футбола, видеоуроки
https://www.youtube.com/playlist?list=PLtcs_cobmZqtEI1xw57Rko2OibCL64CgG
2. Методические материалы для судейских арбитров
<https://rfs.ru/projects/russian-football/sudeystvo/metmaterialy-2024>
3. Программа подготовки футболистов.
https://fc-rostov.ru/files/training_program_for_football_players_6-9_years_old.pdf

Дидактические игры и задания.**• «Футбольный теннис» (командный)**

Цель игры — обучение приему и передаче мяча. Участвует 6—8 игроков (две команды по 3—4 игрока). Площадка — примерно 10 х 20 м, разделенная сеткой высотой 1 м на два поля. Продолжительность игры — две партии по 19 очков. Чтобы выиграть очко, нужно перебить мяч на половину соперника через сетку, касаясь его при этом не более одного раза. Игрок, имеющий право подачи, начинает игру за своей линией ударом по мячу. На поле соперника мяч должен раз подпрыгнуть, и только тогда его можно отбивать. Разрешается игра головой или стопой. Каждый игрок выполняет пять подач подряд. Подача следует за каждой допущенной ошибкой. Ошибкой считается, если мяч при подаче касается сетки, приземляется вне поля, подскакивает более одного раза или если игрок коснулся мяча рукой. Игроки каждой команды получают номера от 1-го до 3-го или от 1-го до 4-го. Это важно для последовательности подач, ибо каждую подачу выполняет другой игрок. При этом футболисты для выполнения подачи движутся в направлении часовой стрелки от позиции к позиции. По договоренности игрок в каждой команде может пробить по мячу три или четыре раза. При этом футболист может пробить по мячу дважды, если другой футболист между этим коснулся мяча. Многократное касание мяча не разрешено. При подаче нужно применять различные виды ударов. Игра рекомендуется для всех возрастных групп с разным уровнем подготовленности.

• «Бой мячами».

Цель игры — обучение прямому удару. Количество игроков — 10—20 (2 команды по 5—10 игроков). Площадка — продленная штрафная площадь с центральной линией шириной 0,12 м. Продолжительность — до 15 мин. Каждая команда должна выбить все мячи на сторону соперника. Если это удастся, то соперник получает штрафное очко. Победитель тот, кто по истечении определенного времени имеет наименьшее количество штрафных очков. Каждая команда получает по 4 мяча. По свистку игроки начинают перебивать мячи на поле противника. Когда все мячи находятся на одной стороне поля, игра останавливается, а команда, на чьей стороне оказались мячи, получает штрафное очко. Затем опять распределяются мячи, и игра начинается сначала. Нельзя переступать центральную линию шириной 0,12 м. Игра может быть усложнена: участник, не попавший мячом в поле противника, выбывает из игры до тех пор, пока команда не заработает очко; применяются различные виды ударов.

• «Удар в булаву».

Цель игры — обучение удару внутренней стороной стопы. Количество игроков — 6—8 (2 команды по 3—4 игрока). Площадка — 40 х 20 м, по обеим сторонам зона шириной 3 м, где на одинаковом расстоянии друг от

друга установлены по 3 булавы. Продолжительность — до 30 мин. Каждая команда пытается защитить свои булавы и опрокинуть булавы соперника целенаправленными ударами. Опрокинутая булава засчитывается как гол. Одна из команд начинает игру на своей половине поля. Она атакует зону соперника и пытается сбить как можно больше булав. Если соперник овладевает мячом, игра переходит к нему. То же происходит при забивании голов и аутах. Не разрешается переступать зону булав. Упавшие булавы не поднимают, по их количеству позднее определяется победитель. Можно условиться заранее, как производить целенаправленный удар — любой или только определенной (правой или левой) ногой. Игра особенно рекомендуется для залов. При этом мячи, отскочившие от стенки, как голы не засчитываются.

- **«Удар по воротам».**

Цель игры — обучение удару прямым подъемом. Количество игроков — 8—10 (2 команды по 4—5 игроков). Площадка—удвоенная штрафная площадь с двумя обычными воротами, линия штрафной площади служит средней линией. Продолжительность — до 30 мин. Каждая команда со своей половины должна пробить по воротам соперника. Игроки, владеющие мячом, ищут благоприятные позиции для ударов, в то время как их соперники пытаются отразить удары. Игра начинается с выбрасывания мяча вратарем рукой от ворот одному из партнеров. Из благоприятной позиции следует сразу же пробить по воротам. В неблагоприятном случае мяч может до трех передач оставаться в команде. Нельзя переступать среднюю линию. При аутах мяч вновь вводится в игру вбрасыванием или ударом от ворот. Можно варьировать виды удара: удар внутренней стороной стопы или прямым подъемом, а также условиться, какой ногой бить. Чтобы улучшить точность удара, можно установить ворота для малых полей. При этом запрещается игра рукой.

- **«С передачей назад».**

Цель игры — обучение удару средней частью подъема. Количество игроков - 9 (2 команды по 4 игрока и 1 нейтральный вратарь). Площадка — половина футбольного поля и одни обычные ворота. Продолжительность — до 60 мин или до 10 голов. Одна команда атакует и пытается забивать мячи, а при потере мяча — препятствовать голам. Игра начинается с выбивания мяча вратарем. Мяч может быть забит только с передачи назад из штрафной площади. Всем игрокам разрешается пробегать через штрафную площадь. За удары по воротам из пределов штрафной площади игроки наказываются свободным ударом. Игра проводится без положений «вне игры», но с аутами и угловыми. Мячи, пойманные вратарем, вновь вводятся им в игру. То же происходит после забитого мяча. Можно заранее условиться, какой ногой производить удар по воротам; применять разные виды ударов. Вместо штрафной площади можно провести линию для передачи назад. Расстояние от нее до ворот должно быть не менее 11 м.

- **«Три против одного».**

Цель — обучение игре с опекой и выходом на свободное место. Количество игроков— 4 (3 против 1). Площадка 10 х 10 м. Продолжительность—до 20 мин. Трое игроков с мячом путем правильного выхода на свободное место должны удерживать мяч. Игрок защиты пытается отобрать его. Игра начинается передачей мяча игроками друг другу. Эти передачи прерываются, если игрок защиты коснется мяча, если мяч выкатится в аут или пролетит высоко над игроком защиты. В этих случаях защитник меняется местом с тем игроком, который играл мячом последним. Можно ограничивать количество касаний мяча — от произвольно частого до одного. Выход на свободное место выполнен правильно, если оба партнера без мяча не очутились в зоне опеки защитника или игрок с мячом имеет два направления для передачи. Если игроки менее тренированы, то это упражнение рекомендуется проводить на игровом поле больших размеров (20 х 20 м).

- **«Игра в одни ворота».**

Цель — обучение игре в атакующем стиле. Количество игроков — 7 (4 против 3). Площадка—половина футбольного поля. Продолжительность — до 30 мин. Трое нападающих играют против 4 защитников, обыграв их, бьют по воротам. Победитель тот, кто за определенное время набрал большее количество очков. Мяч находится у нападающих, которые начинают игру вне штрафной площади. Если им удастся пробить по воротам (ногами или головой), то они получают очко, а забив мяч — 2 очка. Оцениваются только удары в пределах штрафной площади. Если защитники отбирают мяч и ведут его за среднюю линию, то они получают очко. Нападающие должны пытаться вновь завладеть мячом. Каждые 5 мин можно менять роли игроков. Игру можно также проводить при других соотношениях игроков (5 против 4, 6 против 5 и т. д.).

- **«Пятиминутка».**

Цель — обучение игре в атакующем стиле. Количество игроков — 9—13 (2 команды по 4—6 игроков и постоянный вратарь). Площадка — половина футбольного поля, одни ворота и средняя линия. Продолжительность — 6х5 мин. Используя тактические варианты, одна команда пытается атаковать ворота и забить мяч, в то время как другая команда защищается. Игра начинается с выбивания мяча вратарем в сторону нападающих, которые находятся на поле за средней линией. Они должны забивать мячи, используя передачи в «тылу» защиты, умелую смену позиций, ведение и обводку крайних нападающих, удары по воротам, комбинационную игру. После отбитой атаки все нападающие должны освободить половину площадки, на которой проводится атака. Каждые 5 мин команды меняются функциями. Для атак можно подключать игроков защиты или разыгрывать другие тактические варианты. Команды следует всегда составлять так, чтобы игроки занимали свои позиции.

- **«Положение «вне игры».**

Цель — обучение положению «вне игры». Количество игроков — 9—13 (2 команды по 4—6 игроков, 1 вратарь). Площадка — половина футбольного поля, одни обычные ворота. Продолжительность — до 60 мин. Одна команда атакует со средней линии, чтобы забивать мячи, в то время как другая строит защиту так, чтобы создавать для нападающих соперника положение «вне игры». За каждый гол получают очко нападающие; за каждую успешную игру с созданием положения «вне игры» — защитники. Если защитники отбирают мяч, то нападающие снова начинают атаку. Можно играть, применяя опеку отдельных игроков, зонную, комбинированную защиты. Через определенное время команды меняются функциями. Как вариант игры возможно изменение количества игроков нападения или защиты.

**Календарный график воспитательной работы объединения
«Футбол»**

| месяц | название мероприятия | форма проведения | Направление воспитательной работы |
|-----------------|---|------------------------------------|--|
| сентябрь | «Знакомство с футболом» «Радостному детству – новые игры» | Беседа Игровая программа | Интеллектуальное Творческое |
| октябрь | «Учителям дорогим, посвящаем...» «Встреча с пенсионерами-футболистами» | Праздник. Турнир | Гражданско-патриотическое, Профориентационное |
| ноябрь | «Интересные каникулы» | Турнир | Интеллектуальное |
| декабрь | «Футбольный новогодний сюрприз» | Новогодняя игра Турниры | Интеллектуальное, Спортивно-оздоровительный |
| январь | «Мама, папа, я – футбольная семья!» | Турнир | Семейное воспитание |
| февраль | «Мальчишки-защитники!» | Конкурсная программа для мальчиков | Художественно-творческое |
| март | «Девочки — это прекрасно!» | Конкурсная программа для девочек | Интеллектуальное |
| апрель | «Бегут ручьи-пришла Весна» | Беседа | Творческое. |
| май | «День Победы» | Праздник | Гражданско-патриотическое |