

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

ПРИНЯТА

решением Педагогического совета
МБУ ДО «ЦДТ»
(протокол от 22 апреля 2024г. № 4)

УТВЕРЖДЕНА

приказом от 22 апреля 2024 г. № 52/1
Директор *Н.Б.Цой* Н.Б.Цой



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Школа футбола»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 5– 18 лет

Срок реализации: 1 год

1 группа — 108 часов

2 группа — 216 часов

Разработчик:

педагог дополнительного образования
Зиновьев Владимир Анатольевич

2024 год

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план	10
3. Содержание учебного плана	11
4. Календарный учебный график	17
5. Формы аттестации	18
6. Оценочные материалы	19
7. Методические материалы	20
8. Условия реализации программы	22
9. Рабочая программа воспитания	22
10 План воспитательной работы	25
11. Список литературы и электронные ресурсы	28

1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа футбола» (далее – программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность** и направлена на обеспечение физического развития, формирование основ здорового образа жизни, всестороннее физическое, интеллектуальное, нравственное развитие обучающихся, укрепление здоровья, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностное и профессиональное самоопределение.

Уровень освоения данной программы: **базовый**.

Программа разработана в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и нормативными документами, регулирующими деятельность в сфере образования:

– Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. От 04.08.2023)

– Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

– Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р « Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей» (вместе с Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030года)

– Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21.04.2023 № 302"О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467"

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования

детей и взрослых».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

- Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

- Устав МБУ ДО «ЦДТ»

- Локальные акты МБУ ДО «ЦДТ»

Актуальность программы определяется наличием потребности у детей в спортивной деятельности, как средстве самопознания, самовыражения и развития. Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации.

Педагогическая целесообразность программы заключается в создании условий для воспитания высоких моральных качеств, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни. Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой *педагогической целесообразности* работы по программе «Школа футбола».

Новизна программы состоит в том, что дети приобретают опыт, имеющий практическое значение в развитии физических данных, ориентация на здоровый образ жизни, а, как известно: в здоровом теле –

здоровый дух. Предлагаемая программа предполагает ознакомление обучающихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Направленность: физкультурно-спортивная. Данная программа направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Отличительной особенностью программы является не предметное изучение программы (освоение основных разделов программы), а личностный результат. Важна прежде всего личность самого ребенка и происходящие с ней в процессе обучения изменения, а не сумма знаний, полученная на занятиях. Важен индивидуальный подход к занимающемуся для выявления у него особенностей и дальнейшего их развития.

Адресат программы. Возраст и особенности контингента учащихся.

Адресат: 5-18 лет. Занятия проходят в группах по 12-15 человек. Объем часов на освоение программного материала: 1 модуль (группа №1) — 108 часов, 2 модуль (группа №2) – 216 часов. Состав группы постоянный. Условия набора обучающихся в коллектив: дети в кружковое объединение набираются без предварительных требований к их физической и технической подготовке, но имеющие письменное разрешение врача.

Основной контингент – обучающиеся от 6 до 16 лет.

В группы спортивного оздоровления по футболу принимаются все желающие, интересующиеся этой увлекательной игрой независимо от наличия специальных способностей и не имеющие ограничения по здоровью.

Смысл деятельности групп спортивного оздоровления определяется не только и не столько узко - специальными спортивно-учебными задачами, сколько общеразвивающими и воспитательными. Важно, чтобы занятия футболом оказали благотворное воздействие на развитие каждого ребенка, на его способности к обучению вообще, пригодились ему в жизни. Кроме того, представляется важным занять досуг учащихся интересным и полезным делом, показать увлекательные и содержательные возможности такого досуга.

Цель и задачи.

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

Задачи программы:

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.

Объем и сроки освоения программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Процесс обучения можно условно разделить на 2 модуля: начальное обучение и более углубленный курс. Первый модуль – группа №1, связан с освоением основных правил

футбольной игры и принципов ведения четких технических действий. Второй модуль – группа №2 – углубленное изучение футбольной тактики.

В силу индивидуальных способностей детей «программные модули» возможно рассматривать как ступени обучения. Переход на следующую ступень (в группу № 2) осуществляется в зависимости от освоения учащимися Программы.

Формы обучения: уроки (лекции), как теоретическое объяснение учебного материала. Практические занятия в форме: практических занятий, игр, соревнований, турниров.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение учебного материала). Движения от простого к сложному выстраивают логику освоения основных тематических разделов программы. Это делает процесс обучения органичным и непринужденным.

- Групповая: организация работы в группах; индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранном матче или в тренировочном процессе.

- Индивидуальная: организуется для работы с детьми, с целью подготовки их участие в различных футбольных турнирах, соревнованиях.

Режим занятий: 1 группа -3 раза в неделю по1 часу, 2 группа — 3 раза в неделю по 2 часа .Рекомендованная продолжительность занятия– 45 минут; продолжительность перерыва между занятиями – 10 минут.

Планируемые результаты обучения.

Предметные:

- учащиеся познакомятся с историей возникновения игры футбол;
- учащиеся познакомятся с историей и развитием физической культуры и спорта;

- учащиеся познакомятся с правилами игры в футбол,

- учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.

учащиеся получают возможность научиться:

- применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстромеменяющейся обстановке;

- применять во время игры в футбол все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча);

- применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;

- организовывать и судить школьные соревнования.

Метапредметные результаты:

учебно-интеллектуальные:

учащиеся научатся:

выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;

использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития.

учащиеся получают возможность научиться:

определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;

осуществлять констатирующий и прогнозирующий контроль по результату и по способу действия;

выделять и формулировать то, что усвоено и что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения.

учебно-коммуникативные

учащиеся научатся:

организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;

работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр.

учащиеся получают возможность научиться:

координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;

аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

учебно-организационные

учащиеся научатся:

работать с информацией;

применять правила и пользоваться инструкциями;

использовать знаки, символы, схемы;

учащиеся получают возможность научиться:

устанавливать причинно-следственные связи;

строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и выводы.

Личностные

У учащихся будут сформированы:

готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;

способности к эмоциональному восприятию физических объектов, задач, решений, рассуждений;

у учащихся могут быть сформированы:

коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;

критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания.

Ожидаемые результаты обучения по программе

После обучения по программе у учащихся будут:

сформированы умения выполнения новых видов двигательных видов деятельности в футболе, умения применять их в быстроменяющейся обстановке;

знания о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;

знания об истории и развитии физической культуры и спорта;

сформированы умения использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;

сформированы умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования;

развиты координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений и кондиционные (скоростно-силовые, скоростные, выносливость, сила и гибкость) способности;

сформирован индивидуальный двигательный режим;

сформированы навыки самоконтроля и самоорганизации;

сформированы нравственные качества: упорство и настойчивость, стремление к достижению цели, взаимопомощь и взаимовыручка, умение выходить из конфликтных ситуаций во время игры.

**2. Учебный план.
1 группа (5-11лет)**

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	История возникновения футбола	1	1	-	Опрос
2.	Правила безопасности во время занятий юных футболистов	1	1	-	-
3.	Правила игры в футбол (основные понятия)	1	1	-	Опрос
4.	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю	1	1	-	-
5.	Техническая подготовка	34	0,5	33,5	-
6.	Тактическая подготовка	14	0,5	13,5	-
7.	Физическая подготовка	34	0,5	33,5	-
8.	Подвижные игры и эстафеты	9	-	9	-
9.	Игра в футбол малыми составами	9	-	9	-
10.	Соревнования. Контрольные испытания	4	-	4	Контрольный урок
Итого:		108	5,5	102,5	

2-группа (12-18лет)

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	История возникновения футбола	3	3	-	Опрос
2.	Правила безопасности во время занятий юных футболистов	3	3	-	-
3.	Правила игры в футбол (основные понятия)	3	3	-	Опрос
4.	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю	3	3	-	-
5.	Техническая подготовка	50	-	50	-

6.	Тактическая подготовка	36		36	
7.	Физическая подготовка	50	-	50	-
8.	Подвижные игры и эстафеты	33	-	33	-
9.	Игра в футбол малыми составами	25	-	25	-
10.	Соревнования. Мини-турниры. Контрольные испытания	10	-	10	Контрольн ый урок
	Итого:	216	15	201	

3. Содержание учебного плана 1 группы .

Тема 1. История футбола (1час)

Теория: История зарождения футбола, История чемпионатов Мира и Европы, Современный футбол.

Тема 2. Правила безопасности во время занятий. Инструктаж по технике безопасности. (1час)

Теория: Техника безопасности в зале. Техника безопасности на спортивной площадке. Техника безопасности в тренажерном зале.

Тема 3. Правила игры в футбол.(1час)

Теория: Правила игры в футболе. Жесты судей.

Тема 4: Санитарно-гигиенические требования.(1час)

Теория: Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю.

Тема 5. Техническая подготовка: (34часа)

Теория(0,5часа): Передвижения и остановки, удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка, отбор мяча, вбрасывание мяча, игра вратаря, выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Практика(33,5часа): Передвижения по площадке. Старты из различных положений. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Стойки и передвижения в футболе. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней

частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма. Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Выбивание мяча. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате. Повторение всех видов отбора мяча. Повторение всех видов отбора мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.)

Тема 6. Тактическая подготовка.(14часов)

Теория(0,5часа): Тактика игры. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Индивидуальные

тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

Практика(13,5часа): Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3: 1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

Тема 7. Общая физическая подготовка.(34часа)

Теория (0,5часа): Развитие силовых способностей, развитие скоростных - силовых способностей, развитие координационных способностей, развитие выносливости, развитие гибкости, развитие скоростных способностей, подвижные игры.

Практика(33,5часа): Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Поднимание прямых ног в висе. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности. Бег в равномерном темпе, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости.

Бег по пересеченной местности. Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением. Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу. Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов. Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижные игры.

Тема 8. Подвижные игры. (9часов)

Практика: «Вызов номеров». «Поймай палку». «Поймай мяч». «Салки». «Охотники и утки». «Перехвати мяч». «В одно касание». «День и ночь». «Салки в парах». «Бег-преследование». «Встречная эстафета в четверках». «Быстрые передачи».

Тема 9. Игра в футбол малыми составами. (9часов)

Практика: Игры 2х2, 3х3, 5х5, 6х6.

Тема 10. Соревнования. Учебные игры. Контрольные испытания. (4часа)

Практика: Соревновательная практика. Участие в итоговом рейтинговом турнире Школы. Сдача контрольно-переводных нормативов.

Содержание учебного плана 2 группы.

Тема 1. История футбола (3часа).

Теория: История зарождения футбола, История чемпионатов Мира и Европы, Современный футбол.

Тема 2. Правила безопасности во время занятий. Инструктаж по технике безопасности.(3часа)

Теория: Техника безопасности в зале. Техника безопасности на спортивной площадке. Техника безопасности в тренажерном зале.

Тема 3. Правила игры в футбол.(3часа)

Теория: Правила игры в футболе. Жесты судей.

Тема 4: Санитарно-гигиенические требования.(3часа)

Теория: Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю.

Тема 5. Техническая подготовка (50 часов):

Теория(1 час): Передвижения и остановки, удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка, отбор мяча, вбрасывание мяча, игра вратаря, выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Практика(49 часов): Передвижения по площадке. Старты из различных положений. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Стойки и передвижения в футболе. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма. Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка

с помощью обманных движений (финтов). Выбивание мяча. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате. Повторение всех видов отбора мяча. Повторение всех видов отбора мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.)

Тема 6. Тактическая подготовка(36часов).

Теория(1час): Тактика игры. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

Практика(35часов): Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3: 1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

Тема 7. Общая физическая подготовка(50часов).

Теория(1час): Развитие силовых способностей, развитие скоростных - силовых способностей, развитие координационных способностей, развитие выносливости, развитие гибкости, развитие скоростных способностей, подвижные игры.

Практика(49часов): Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Поднимание прямых ног в висе. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными

остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности. Бег в равномерном темпе, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости. Бег по пересеченной местности. Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением. Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу. Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов. Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижные игры.

Тема 8. Подвижные игры. (33часа)

Практика: «Вызов номеров». «Поймай палку». «Поймай мяч». «Салки». «Охотники и утки». «Перехвати мяч». «В одно касание». «День и ночь». «Салки в парах». «Бег-преследование». «Встречная эстафета в четверках». «Быстрые передачи».

Тема 9. Игра в футбол малыми составами. (25часов)

Практика: Игры 2х2, 3х3, 5х5, 6х6.

Тема 5. Соревнования. Учебные игры. (10часов)

Практика: Соревновательная практика. Участие в итоговом рейтинговом турнире Школы. Сдача контрольно-переводных нормативов.

4 Календарный учебный график.

Календарный учебный график определяет даты начала и окончания учебного года, количество учебных недель, дней и часов, а также режим занятий.

группы	Дата начала обучения по	Дата окончания	Всего учебных	Количество учебных	Режим занятий
--------	-------------------------	----------------	---------------	--------------------	---------------

	программе	обучения по программе	недель	часов	
1	1 сентября 2024 года	31 мая 2025 года	36	108	3 раза в неделю по одному учебному часу.
2	1 сентября 2024 года	31 мая 2025 года	36	216	3 раза в неделю по два учебных часа.

5. Формы аттестации.

Контроль усвоения программы носит безотметочный характер и предполагает уровень усвоения материала, успешности освоения программы.

Для того чтобы отследить уровень достигнутого результата осуществляется вводный контроль, текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация успеваемости по программе и оцениваются следующим образом:

- низкий уровень – «Н».
- средний уровень – «С».
- высокий уровень – «В».

Контроль проводится в следующих формах: педагогическое наблюдение, выполнение практических заданий, самостоятельная работа, выступление на мероприятиях, итоговых открытых занятиях.

- Вводный контроль: (сентябрь), форма проведения – выполнение практических заданий. (Критерии оценки усвоения материала). Проводится в начале учебного года для групп 1, 2.
- Текущий контроль: (ноябрь, март), форма проведения – выполнение практических заданий. (Проверка знаний, умений, навыков). Выступления на различных мероприятиях, открытых занятиях. Проводится для 1 и 2 групп.
- Промежуточная аттестация: (декабрь, май), форма проведения – выполнение практических заданий. (Критерии оценки усвоения материала). Проводится в декабре для обеих групп .

- Итоговый контроль (май), форма проведения – выполнение практических заданий. (Критерии оценки усвоения материала). Отчётное мероприятие, занятие, проведённое обучающимися. Проводится в конце учебного года.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- тестирование (индивидуальное),
- открытые занятия,
- соревнования, спартакиады, матчи, турниры,
- педагогическое наблюдение,
- отзывы детей и родителей.

Контроль осуществляется: по двигательной активности - на основании результатов тестов.

Способы фиксации результата:

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.
3. Дневники достижений.

При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задания педагога по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого обучающегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки. При этом учителю необходимо быть тактичным, внимательным, учитывать индивидуальные особенности обучающихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности).

Формы подведения итогов реализации программы

Участие в соревнованиях по футболу различного уровня является основной формой подведения итогов реализации программы.

6. Оценочные материалы.

Оценочные материалы — методика, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

Для определения результативности обучения проводится мониторинг в форме соревнований и физических и технических нормативов.

Для оценки обучающихся используется бальная система.

Критерии оценки обучения

1. Оборудование и инвентарь

1. 1 очко - учащийся слабо знает названия оборудования и инвентаря.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает названия оборудования и инвентаря.
3. 3 очка - учащийся твердо знает названия оборудования и инвентаря.

2. Правила игры в футбол

1. 1 очко - учащийся слабо знает правила футбола.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает правила футбола.
3. 3 очка - учащийся твердо знает правила футбола.

3. Нормативы

Бег 60 м, прыжок в длину/высоту, челночный бег, бег 1 км, бег 2 и 3 км, подтягивание, отжимания, пресс, метание, тройной прыжок.

Оценка нормативов зависит от возраста ребенка.

4. Тактика

Игра 3:3, игра 4:4

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при игре.
2. 2 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, не активно применяет их при игре.
3. 3 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, активно применяет их при игре.

5. Техника

Жонглирование, передачи внутренней и внешней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внешней стороной стопы

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при игре.
2. 2 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, не активно применяет их при игре.
3. 3 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, активно применяет их при игре.

Общая оценка:

Высокий уровень - не менее 15 очков.

Средний уровень – не менее 10 очков.

Низкий уровень – не менее 5 очков.

7. Методические материалы.

Методическое обеспечение программы

Образовательный процесс по программе «Школа футбола» производится очно.

Формы организации образовательного процесса - индивидуально-групповая.

Формы организации учебного занятия - беседа, лекция, практическое занятие, соревнование.

Педагогические технологии - индивидуализация обучения, групповое обучение, коллективное взаимообучение, игровая деятельность, здоровьесберегающие технологии.

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

Учебный материал программы содержит теоретический курс – рассказ и одновременный показ упражнений как педагогом, так и детьми. Практическую деятельность – выполнения упражнений, разучивание приемов игры в футбол (ведение, передача, защита мяча и т.д.), выступления на различных мероприятиях, участие в соревнованиях и турнирах.

Формы проведения занятий разнообразны: фронтальная (работа со всеми одновременно), групповая (разделение детей на группы для выполнения определённой работы, отработки номера). Однако при отработке технических действий может, применяется индивидуальная форма занятий (ребёнку даётся самостоятельное задание с учётом его возможностей).

Дидактическое обеспечение:

- Картотека подвижных игр;
- Картотека разминок;
- Комплекс общеразвивающих упражнений;
- Комплекс специально беговых упражнений;
- Комплекс упражнений по технике футбола;

Методы обучения:

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

Методы воспитания:

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

Для обеспечения наглядности и доступности материала используются наглядные пособия: модели построений, перестроений, таблицы, схемы, рисунки, плакаты, шаблоны.

8. Условия реализации программы.

Кадровое обеспечение программы

Программа «Школа футбола» реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства

Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий по общей физической подготовке требуется наличие спортивного зала (для проведения спортивных игр, беговых упражнений), футбольное поле размером не менее 30 x15 м., наличие кабинета для теоретических занятий. Для демонстрации презентаций – наличие компьютера и интерактивной доски.

Перечень необходимого спортивного инвентаря и оборудования:

- 1) оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 x15 м;
- 2) ворота футбольные;
- 3) футбольные мячи;
- 4) насос ручной, иглы;
- 5) держатель для мяча;
- 6) гимнастические скамейки;
- 7) маты гимнастические;
- 8) стенка гимнастическая;
- 9) мячи набивные весом 3 кг и 5 кг;
- 10) скакалки;
- 11) свисток;
- 12) секундомер – 1 шт.;
- 13) кабинет с проектором и экраном с выходом в сеть Интернет.

9. Рабочая программа воспитания и календарный план воспитательной работы кружкового объединения «Школа футбола»

Пояснительная записка

Настоящая программа разработана для детей от 5 до 18 лет, обучающихся в детском объединении «Школа футбола» физкультурно-спортивного направления с целью организации воспитательной работы с

обучающимися. Весь воспитательный процесс направлен на максимальное раскрытие личностного потенциала обучающегося, мотивацию к самореализации и здоровому образу жизни. Программа может быть дополнена педагогом дополнительного образования в зависимости от конкретных образовательных потребностей.

Основанием для разработки воспитательного плана являются:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07. 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ 31.03.2022 № 678-р);
4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
6. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 20 национальных целей развития Российской Федерации на период до 2030 года.

Цель и задачи программы:

Цель воспитания: создание благоприятных условий для развития нравственно и физически здоровой личности, социализации обучающихся, развитие творческих способностей детей.

Задачи:

- Воспитание положительного отношения к здоровому образу жизни, формирование экологической культуры;
- Формирование коммуникативных умений, удовлетворение потребности учащихся в общении;

- Развитие интереса у учащихся к самовыражению, социальной, творческой активности;
- Способствовать реализации интересов и потребностей учащихся в различных видах общественной деятельности.

Ожидаемые результаты:

- повышение уровня коммуникативных навыков и культуры общения;
- развитие потребностей у детей к физической активности и здоровому образу жизни;
- формирование адекватности в оценке и самооценке;
- развитие мотивации к познанию и разностороннему развитию личности.

Виды, формы и содержание деятельности.

Виды:

Работа с коллективом обучающихся:

- обучение умениям и навыкам самостоятельной деятельности, формирование ответственности за себя и коллектив;
- развитие физических способностей, коммуникативного потенциала детей в процессе совместной деятельности;
- содействие формированию сознательного отношения к здоровому образу жизни.

Работа с родителями:

- организация коллективной работы с родителями (родительские собрания, открытые занятия, совместная работа с детьми);
- организация системы индивидуальной работы с родителями (тематические беседы, консультации).

Индивидуальная работа:

- индивидуальная работа с обучающимися, направленная на личностные, спортивные достижения;
- индивидуальные неформальные беседы для решения жизненно важных проблем ребёнка;
- коррекция поведения ребёнка через частные беседы с ним, его родителями или законными представителями, другими обучающимися объединения.

Формы проведения:

- спортивные состязания;

- совместные занятия с родителями;
- открытые занятия;
- праздничные выступления;
- участие в соревнованиях;
- экскурсии.

10. План воспитательной работы объединения «Школа футбола»

№ п/п	Мероприятие	Задачи	Сроки проведения
1	Родительское собрание (установочное): «Знакомство с общеобразовательной общеразвивающей программой «Школа футбола»	Познакомить родителей с общеобразовательной общеразвивающей программой, расписанием занятий, формой одежды, решить организационные вопросы	сентябрь
2	«Жизнь без риска» – игра-викторина ко Дню гражданской обороны РФ	Привлечение внимания обучающихся к основам безопасности жизни	октябрь
3	«Поздравляем наших мам!» - видеопоздравление ко Дню Матери в группе ВК	Развитие у детей творческой активности, воспитание любви и уважения к близким, взаимопонимания с родителями	ноябрь
4	«Весело встретим Новый год!» – участие в новогодних представлениях	Развитие творческой активности детей и родителей, воспитание чувства ответственности, взаимопонимания и взаимовыручки.	декабрь

5	«Россия – Родина моя»! познавательная игра	Воспитание у детей чувства патриотизма, любви к своей Родине и своему народу.	январь
6	«Мой папа – самый лучший» – видеопоздравление ко Дню защитника Отечества в группе ВК	Воспитание любви и уважения к близким, взаимопонимания с родителями, чувства гордости за своих родителей, готовности защищать свою Родину.	февраль
7	«Волшебный день весенний» – поздравление ко дню 8 марта (участие в концерте)	Развитие у детей творческой активности, чувства любви и уважения к женщине.	март
8	«День здоровья» – спортивная эстафета	Воспитание у обучающихся любви к здоровому образу жизни	апрель
9	«День Победы» – возложение цветов к памятнику погибшим Чернораменцам	Воспитание у обучающихся чувства патриотизма, гордости за подвиг наших предков.	май
10	Родительское собрание: «Подведение итогов учебного года»	Познакомить родителей с результатами освоения программы обучающихся	май

11. Список литературы

Для педагога:

1. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 2010.
2. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: ФиС, 2013.
3. Железняк Ю.Д.: Волейбол. - М.: Терра-Спорт: Олимпия Пресс, 2015
4. Коротков, И.М. Подвижные игры в занятиях спортом - М.: ФИС, 2017.
5. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки. - К.: Олимпийская литература, 2009.
6. Монаков Г.В. Техническая подготовка футболиста АО «Офсет», 2015г.
7. Спирин А.Н.: Футбол. - М.: Олимпия Пресс, 2015
8. Стрельников В.А. Воспитание выносливости. –Москва ФИС, 2011.
9. Суворов, В.В. Техническая подготовка юных футболистов на основе структуры соревновательной деятельности: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 - Краснодар, 2016.
10. Фонд национальная академия футбола. С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва «Теория и методика футбола. ТОМ 1. Техника игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2012 г.
11. Фонд национальная академия футбола. Альманах «Пособие для футбольных тренеров» Изд-во: ТВТ Дивизион 2013 г.
12. Шон Грин «Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 5-8 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.
13. Шон Грин «Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 9-12 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2017 г.
14. «Футбол. Простые комбинации» - В.И. Симаков. - М.: Физкультура и спорт, 2017.
15. «Как научиться играть в футбол» - М.: Харвест, 2017.
16. «Футбольные финты, уловки, трюки» - Валерий Мелентьев. - М.: Спорт, 2018.
17. «Футбол. Уроки лучшей игры - самый полный самоучитель. Играй лучше, чем папа» - М.: ИЗДАТЕЛЬСТВО "АСТ", 2015.
18. «Футбол. Методика совершенствования "техники эпизодов игры"» - Б.Г. Чирва. - М.: СпортАкадемПресс, 2020.
19. «Анализ техники футбола с учетом общего и частного в ее содержании» - С.В. Алексеев, Г.Л. Драндров, Д.Ш. Садетдинов // Актуальные проблемы физического воспитания и спорта: межвузов,

сб. науч. ст. - М.; Чебоксары: Академия педагогических и социальных наук; Чувашский государственный университет им. И.Н. Ульянова, 2004.

20. «Обучение технике футбола» - С.В. Алексеев, Г.Л. Драндров, Д.Ш. Садетдинов: учеб-метод. пособие. - Набережные Челны: КаМГИФК, 2004.
21. «Основные направления совершенствования методики обучения технике футбола» - С.В. Алексеев // Актуальные проблемы физического воспитания учащейся молодежи: сб. науч. тр. - Чебоксары: ЧГПУ им. И.Я. Яковлева, 2006.
22. Подготовка футболистов высших разрядов / Ю. М. Арестов, М. А. Годик. - М., 2007.
23. Физическая подготовка юных футболистов / К. Л. Вихров. - Киев, 2000.
24. Педагогический контроль в процессе тренировки / К. Л. Вихров, В. Г. Догадайло. - М.: ФиС, 2000.
25. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М. А. Годик. - М.: Физкультура и спорт, 2003.
26. Теория и методика футбола: Техника игры / С. В. Голомазов. - М.: СпортАкадемПресс, 2005.

Для обучающихся:

1. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. - М., 2010
2. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания. - М., 2012.
3. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний. - М., 2005.

Интернет – ресурсы:

4. Сайт Департамента физической культуры и спорта города Москвы
<http://www.mosport.ru>
5. Сайт министерства спорта, молодежной политики
<http://sport.minstm.gov.ru>