

Департамент образования администрации городского округа Тольятти
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Родник»
городского округа Тольятти

Программа принята
на заседании
педагогического совета
Протокол № 3
от «25» мая 2022г.

Утверждено
Приказом директора
МБОУ ДО «Родник»
№ 43-од «25» мая 2022г.

С.Г. Ширяева

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
(Ознакомительный уровень)

Возраст учащихся: 7-12 лет
Срок обучения: 2 года

Разработчики:
Воронин Николай Семенович,
Лапшов Алексей Владимирович,
педагоги дополнительного образования

г.Тольятти, 2022

Оглавление:

1. Пояснительная записка	3
2. Учебный план	6
3. Содержание программы, учебно-тематический план по модулям	6
4. Ресурсное обеспечение программы	19
5. Список использованной литературы	23
6. Приложения	
• Приложение 1 «Критерии оценки результатов освоения программы»	24
• Приложение 2 «Педагогический диагностический инструментарий оценки эффективности программы»	28
• Приложение 3 «Календарно-тематический план»	32

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (ознакомительный уровень) адаптированная, модульная, предназначена для удовлетворения потребностей детей, родителей в занятиях физической культурой и спортом, в активных формах двигательной деятельности, обеспечивающей физическое, психическое и нравственное оздоровление учащихся. Имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Программа разработана в соответствии с нормативными документами в области образования, методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеобразовательных программа, методическими рекомендациями в области физкультуры и спорта, на основе программ по футболу других педагогов дополнительного образования, личного опыта педагога, с учетом возрастных особенностей учащихся.

Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность:

Актуальность: Программа «Футбол» (ознакомительный уровень) ориентирована на решение проблем физического развития детей, приобщение их к здоровому образу жизни. В настоящее время дети много времени проводят за компьютером, планшетом, телефоном в играх, в социальных сетях и др. В результате такого времяпровождения у детей наблюдаются: низкая двигательная активность, проблемы со здоровьем (позвоночник, зрение и др.). Программа «Футбол» (ознакомительный уровень) позволяет отвлечь детей от Интернета, привлекая внимание к спортивным командным играм, погружая детей в мир спорта, приобщая к двигательной деятельности. В результате удовлетворяются потребности учащихся 7-12-летнего возраста – интерес к игре, тяга к движению и состязанию. Актуальность программы обусловлена и ее социальной значимостью. Учащиеся приобретают опыт совместной деятельности, коллективной игры, учатся взаимодействовать друг с другом. Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка. В связи с подъёмом отечественного спорта программа способствует развитию футбола в г. Тольятти, в Самарской области.

Новизна программы заключается в том, что она имеет модульный принцип построения. Возможен как последовательный вариант изучения модулей, так и непоследовательный. Программа «Футбол» (ознакомительный уровень) отличается от других существующих по своей структуре и содержанию.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в процессе её реализации решаются задачи по комплексному развитию детей, желающих приобрести начальные знания, умения и навыки в области физкультуры, спорта, по командным играм. В результате обучения у учащихся:

- развиваются личностные качества такие, как любознательность, активность, эмоциональная отзывчивость, способность управлять своим поведением, терпение и т.д.;
- расширяются границы познания мира, обогащается двигательный багаж;
- развиваются мыслительные процессы, творческое мышление;
- тренируется моторика рук и ног;
- развиваются коммуникативные умения и навыки, приобретается умение работать в команде;
- развиваются и реализуются творческие способности;
- уменьшается агрессивность, тревожность и импульсивность, наблюдается адекватность в поведении, уверенность в себе и др.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом, создают неограниченные возможности для развития, прежде всего, координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к

согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Цель: физическое развитие, сохранение и укрепление здоровья учащихся на основе двигательной активности посредством спортивных командных игр.

Задачи:

Воспитательные:

- прививать интерес к систематическим занятиям физкультурой, спортом;
- способствовать формированию здорового образа жизни, нравственных и духовных ценностей;
- способствовать формированию и развитию личностных качеств: самостоятельность, терпение, трудолюбие, умение довести дело до конца, умение контролировать свои действия и др.;
- воспитывать общественную активность, морально-волевые качества: смелость, честность, стойкость и др.
- воспитывать позитивное восприятие игры, как командной деятельности.

Развивающие:

- развивать уровень физической подготовленности учащегося;
- развивать двигательную активность, пространственную ориентацию, память, внимание, моторные навыки;
- развивать уровень технико-тактической подготовленности учащегося;
- развивать коммуникативные навыки, навыки сотрудничества.

Обучающие:

- познакомить с историей спортивных командных игр, футбола;
- способствовать освоению основных видов игр: подвижные, подводящие, спортивные;
- познакомить с основными правилами FIFA;
- способствовать освоению разнообразных приемов работы с мячом, созданию у учащихся собственных игровых навыков;
- способствовать формированию навыков планирования, контроля и оценивания своей деятельности в соответствии с поставленными задачами.

Принципы обучения: доступность (соответствие учебного материала возрастным особенностям), наглядность (показ тренера, показ ученика, дидактический материал), активность, самостоятельность учащихся (участников своей деятельности).

Организация образовательного процесса: Срок реализации программы – 2 года. Возраст учащихся: 7-12 лет. Программа рассчитана: 1 год обучения - 2 часа в неделю, 72 часа год; 2 год обучения – 3 часа в неделю, 108 часов в год. Количество учащихся в группе: не менее 15 человек. Продолжительность занятия 45 минут, перерыв 10 минут согласно СанПиН. Принцип приема учащихся: свободный, без предъявления требований к содержанию и уровню стартовых знаний, умений и навыков. Завершив обучение по программе «Футбол» (ознакомительный уровень), учащиеся по желанию могут продолжить свое развитие и совершенствование навыков в понравившемся направлении по программе «Футбол» (базовый уровень). Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья при реализации программы учитываются их психофизиологические особенности, индивидуальные возможности и состояние здоровья.

Программа «Футбол» (ознакомительный уровень) имеет 3 модуля, в которых содержание и материалы программы дополнительного образования соответствуют «ознакомительному» уровню сложности:

Модуль 1 «Общезначительная подготовка»: предусматривает развитие физических способностей учащегося, профилактику травматизма на занятиях, знакомство с историей футбола, знакомство и освоение подвижных игр, эстафет с мячами.

Модуль 2 «Основные умения и навыки игры в футбол»: направлен на освоение

элементов техники футбола, футбольных приемов, знакомство с подвижными, спортивными играми с мячом.

Модуль 3 «Подвижные и спортивные игры»: направлен на знакомство с подвижными играми в малых составах, играми народов России, приобретение первичных знаний, умений и навыков игры в футбол, развитию способности тактического мышления, умения принятия правильных и своевременных решений.

При реализации программы учитываются возрастные и личностные особенности детей 7-12 лет: Подвижны, любознательны, впечатлительны. Для познавательной деятельности учащихся характерны: эмоциональность восприятия, конкретность мышления. Высок авторитет взрослого – все его предложения принимаются и выполняются охотно: суждения и оценки, выраженные в эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей. Для детей 9-12 лет большое значение начинает приобретать оценки их поступков и со стороны сверстников, появляется потребность выполнять определенную общественную роль. Детей увлекает совместная коллективная деятельность, учащиеся склонны постоянно меряться силами во всем, соревноваться. Неудача вызывает резкую потерю интереса к делу, а успех вызывает эмоциональный подъем. Проявляется стремление к самостоятельности и независимости, возникает интерес к собственной личности, формируется самооценка, развиваются абстрактные формы мышления. В этом возрасте дети склонны к подвижным играм. Их тянет к движению, соперничеству. Высокая способность детей в этот возрастной период быстро овладевать теми или иными видами деятельности (сензитивность) определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития.

Программа соответствует современным представлениям педагогики, психологии, физиологии, теории и методики физической культуры.

Основные формы занятий: вводное занятие, комбинированное занятие, занятие-игра, занятие – тренировка, занятие-соревнование, занятие по закреплению умений и навыков, итоговое занятие.

Формы контроля и подведения итогов:

Текущий контроль осуществляется в течение учебного года для оценки начального уровня знаний, умений и навыков учащихся и уровня освоения определенного этапа реализации общеобразовательной программы – модуля. Проводится на вводных занятиях, итоговых занятиях по модулям в следующих формах: командная игра, наблюдение, первичная диагностика, практическое задание, промежуточная диагностика, участие в играх, соревнованиях и др.

Промежуточная аттестация для оценки достигнутых прогнозируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится один раз в год в мае в следующих формах: диагностика, контрольная игра, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Показателями результативности программы являются:

- положительная динамика развития интереса к спорту, подвижным, спортивным играм, развития физических способностей;
- освоение разнообразных приемов работы с мячом, создание у учащихся собственных игровых навыков;
- эффективное участие в конкурсах, в соревнованиях
- удовлетворенность учащихся и родителей образовательными услугами.

Критерии оценки результатов освоения программы (см. Приложение 1).

Планируемые результаты и способы их проверки:

Личностные результаты:

- формирование навыков здорового образа жизни;
- формирование и развитие личностных качеств: самостоятельность, терпение, трудолюбие, умение довести дело до конца, умение контролировать свои действия и др.
- стремление к достижению личных результатов, физического совершенства;

- формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

Способы проверки личностных результатов: наблюдение.

Метапредметные результаты:

- сформированность навыков самоорганизации, работы в команде;
- умение определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи в учебе, игровой и соревновательной деятельности;
- развитие организационных, коммуникативных, рефлексивных навыков;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и интересов.

Предметные результаты: Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

2. Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Наименование модулей	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Модуль 1 «Общефизическая подготовка»	22	7	15
2	Модуль 2 «Основные умения и навыки игры в футбол»	24	5	19
3	Модуль 3 «Подвижные и спортивные игры»	26	6	20
	Итого	72	18	54

2 год обучения

№ п/п	Наименование модулей	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Модуль 1 «Общефизическая подготовка»	33	7	26
2	Модуль 2 «Основные умения и навыки игры в футбол»	37	6	31
3	Модуль 3 «Подвижные и спортивные игры»	38	6	32
	Итого	108	19	89

3. Содержание программы, учебно-тематический план по модулям

1. Модуль 1 «Общефизическая подготовка»

Цель: развитие основных физических способностей детей в игровой и соревновательной обстановке.

Задачи:

- познакомить с историей развития физкультуры и спорта в России, регионе, спортивных игр;
- познакомить с основами безопасного использования общеразвивающих упражнений;
- развивать общую ловкость, координацию, скорость, внимание к выполнению игрового задания;
- способствовать освоению всего разнообразия беговых общеразвивающих упражнений.

Планируемые результаты:

Должны знать:

- название общеразвивающих упражнений, их значение и роль для физического развития;

- основы личной гигиены, режима тренировок и отдыха;
- историю происхождения, развития спортивных игр, футбола в мире и в России.

Должны уметь:

- выполнять общеразвивающие упражнения на основные группы мышц индивидуально и в парах;
- применять общеразвивающие упражнения строго в соответствии с заданием педагога;
- выполнять бег, остановки, повороты.

Должны приобрести навык: выполнения всего комплекса общеразвивающих упражнений в группе, в парах, индивидуально.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Первичная диагностика, наблюдение
2	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях ОФП. Многообразие бега.	1	1	2	Наблюдение, практическое задание
3	Основные физические качества. Гигиена, закаливание и режим спортсмена. Бег, остановки, повороты.	1	3	4	Наблюдение, практическое задание
4	История футбола в нашей стране. Эстафеты простые. Выявление скоростных качеств.	1	3	4	Наблюдение, практическое задание
5	Развитие футбола в России. Эстафеты с предметами. Основы координации и ловкости.	1	5	6	Наблюдение, практическое задание
6	Всемирная футбольная история. Эстафеты с мячами. Основы силы и выносливости.	1	2	3	Наблюдение, практическое задание
7	Итоговое занятие	-	1	1	Промежуточная диагностика, участие в играх
	Итого	7	15	22	

Содержание программы модуля

Тема 1: Вводное занятие

Теория: Презентация программы «Футбол» (ознакомительный уровень) 1 года обучения. Цель, задачи и содержание модуля. Понятия: физкультура, спорт, общефизическая подготовка (ОФП). Значение ОФП как важного фактора укрепления здоровья и повышения функциональных способностей организма. Краткая характеристика средств и методов ОФП. Первичная диагностика.

Тема 2: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях ОФП. Многообразие бега.

Теория: Причины травматизма на занятиях футболом. Инструктаж по технике безопасности. Многообразие бега.

Практика: Зарядка, разминка перед тренировкой и игрой. Беговые упражнения. Подвижные игры.

Тема 3: Основные физические качества. Гигиена, закаливание и режим спортсмена. Бег, остановки, повороты.

Теория: Основные физические качества. Личная гигиена, уход за кожей головы, тела, ног. Гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна. Режим дня и гигиена юного футболиста. Закаливание, роль закаливания для повышения работоспособности организма. Использование естественных сил природы (солнце, воздух и вода) для закаливания.

Практика: Упражнения для развития стартовой скорости. Бег с ускорениями до 60 м. Челночный бег 3x10м, 4x5м. Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Упражнения для развития дистанционной скорости. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным, скрестным шагом (вправо и влево).

Тема 4: История футбола в нашей стране. Эстафеты простые. Выявление скоростных качеств.

Теория: История футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионаты и Кубки России. Способы проведения простых эстафет.

Практика: Выявление скоростных качеств на занятиях футболом. Упражнения для развития быстроты: общеразвивающие упражнения для развития быстроты, упражнения для разгибателей туловища, упражнения для разгибателей ног, упражнения общего воздействия. Подвижные игры и эстафеты: «Салки», «Невод», «Попади в цель» и др. Эстафеты – с элементами бега, метания, прыжков, с предметами и без.

Тема 5: Развитие футбола в России. Эстафеты с предметами. Основы координации и ловкости.

Теория: Определение ловкости, как способности. Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана. Способы проведения эстафет предметами, с взаимодействием с партнером.

Практика: Подвижные игры народов России («Догони», «Попади в мяч», «Шапка Мономаха» и др.). Эстафеты с предметами.

Тема 6: Всемирная футбольная история. Эстафеты с мячами. Основы силы и выносливости.

Теория: Определение выносливости, как способности.

Практика: Подвижные игры - «К своим флажкам», «Лиса и куры», «Пятнашки» и др. Эстафеты с мячом.

Тема 7: Итоговое занятие.

Практика: Промежуточная диагностика. Сдача нормативов. Контрольные эстафеты. Командные игры с мячом.

2. Модуль 2 «Основные умения и навыки игры в футбол»

Цель: развитие учащихся посредством формирования основных умений и навыков игры в футбол.

Задачи:

- познакомить с основами безопасного использования упражнений на технику владения мячом;
- развивать двигательную активность, пространственное воображение, фантазию, память, внимание, моторные навыки;
- развивать специальную скорость, ловкость и координацию, внимание к выполнению технического задания;

- способствовать освоению разнообразных приемов технико-тактической подготовки учащихся;
- развивать коммуникативные навыки, умение работать в команде, навыки взаимодействия и взаимовыручки.

Планируемые результаты:

Должны знать:

- название основных упражнений на технику владения мячом, специальную скорость, ловкость и координацию;
- основы личной гигиены, режима тренировок и отдыха;
- основы техники и тактики игрока как индивида.

Должны уметь:

- выполнять индивидуально и в парах упражнения на технику владения мячом, специальную скорость, ловкость и координацию;
- применять специальные и др. упражнения строго в соответствии с заданием педагога;
- выполнять основные способы ведения, остановки, поворотов, разворотов, контроля и владения мячом.

Должны приобрести навык: выполнения комплекса индивидуальных упражнений на технику владения мячом.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	1	-	1	Первичная диагностика, наблюдение
2	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях. Ведение мяча. Основы техники и тактики игрока как индивида.	1	4	5	Опрос, наблюдение, практическое задание
3	Владение мячом. Основы техники ведения мяча в облегченных условиях. Основные способы ведения и остановки мяча руками и ногами.	1	4	5	Наблюдение, практическое задание
4	Передача и приём мяча. Основы техники и тактики игрока. Основные умения при работе с мячом у стены в облегченных условиях.	1	3	4	Наблюдение, практическое задание
5	Подводящие упражнения в парах на владение мячом. Эстафеты с элементами футбола.	1	4	5	Наблюдение, практическое задание
6	Контрольные испытания	-	3	3	Наблюдение, практическое задание
7	Итоговое занятие	-	1	1	Промежуточная диагностика, участие в

					играх
	Итого	5	19	24	

Содержание программы модуля

Тема 1: Вводное занятие

Теория: Цель, задачи, содержание модуля. Основные технико-тактические и другие качества футболиста. Основы специальной физической подготовки и ее значение для спортсмена. Первичная диагностика.

Тема 2: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях. Ведение мяча. Основы техники и тактики игрока как индивида.

Теория: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях. Футбольная координация. Беговые шаги, беговые упражнения.

Практика: Общие и специальные беговые упражнения для развития быстроты и ловкости. Разучивание беговых шагов. Бег на 10-15 м из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лежа.

Тема 3: Владение мячом. Основы техники ведения мяча в облегченных условиях. Основные способы ведения и остановки мяча руками и ногами.

Теория: Основные способы ведения и остановки мяча руками и ногами. Способы безопасного разучивания новых упражнений, дистанция между игроками, выполнение и остановка в выполнении по команде.

Практика: Разучивание основных способов ведения и остановки мяча руками и ногами. Ведение мяча руками: левой и правой отдельно по прямой. Тоже попеременно с изменением направления между стоек («змейкой») и движущихся партнеров. Ведение мяча: серединой подъема, носком, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек («змейкой») и движущихся партнеров.

Тема 4: Передача и приём мяча. Основы техники и тактики игрока. Основные умения при работе с мячом у стены в облегченных условиях.

Теория: Способы безопасного разучивания новых упражнений, дистанция между игроками, выполнение и остановка в выполнении по команде.

Практика: Остановка мяча: катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. Передача мяча внутренней стороной стопы, по неподвижному и катящемуся мячу.

Тема 5: Подводящие упражнения в парах на владение мячом. Эстафеты с элементами футбола.

Теория: Специальные упражнения. Подвижные игры неспецифическими средствами футбола. Подвижные игры специфическими средствами футбола. Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.

Практика: Подвижные игры: «Мяч ловцу», «Коршун и цыплята», «Салки», «Невод», «Попади в цель», «Пятнашки», «Зайцы в огороде», «Лиса и куры», «К своим флажкам», «Кто дальше бросит» и др. Спортивные игры с элементами ручного мяча, баскетбола по упрощенным правилам. Эстафеты: с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Тема 6: Контрольные испытания

Практика: Выполнение контрольных упражнений по физической и технической подготовке. Таблица нормативов Н.С.Федченко, В.А.Круглыхин «Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», Москва, 2018г.:

1. Удары на точность по воротам;
2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам;
3. Жонглирование мячом.

Тема 7: Итоговое занятие

Практика: Промежуточная диагностика. Соревнования по физической, технической (контрольные нормативы) и игровой подготовке по упрощенным правилам.

3. Модуль 3 «Подвижные и спортивные игры»

Цель: развитие учащихся посредством формирования позитивного восприятия игры, как индивидуальной и групповой деятельности.

Задачи:

- познакомить с основами безопасного использования подводящих, игровых упражнений, подвижные и спортивные игр;
- развивать коммуникативные навыки, навыки сотрудничества, внимание к выполнению игрового задания;
- способствовать освоению разнообразных приемов, способов игровой подготовки учащегося.

Планируемые результаты:

Должны знать:

- название и основные правила подводящих, игровых упражнений, подвижных и спортивных игр;
- подвижные игры народов России;
- основы личной гигиены, режима тренировок и отдыха;
- основы игровых навыков.

Должны уметь:

- выполнять индивидуально, в парах, других малых составах подводящие, игровые упражнения, подвижные и спортивные игры;
- применять подводящие, игровые упражнения, подвижные и спортивные игры и др., упражнения выполнять строго в соответствии с заданием педагога;

Должны приобрести навык: выполнения комплекса разминочных упражнений, игровой навык.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	1	-	1	Первичная диагностика
2	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях с подвижными играми	1	1	2	Опрос
3	Подвижные игры в малых составах. Ускорения из различных исходных положений. Основы специальной ловкости.	1	5	6	Наблюдение, практическое задание
4	Правила игры в футбол. Подвижные игры народов России. Основы игровых навыков.	1	4	5	Наблюдение, практическое задание
5	Места занятий, оборудование. Безопасность на занятиях в спортивном зале. Подводящие игровые	1	4	5	Наблюдение, практическое задание

	упражнения в парах.				
6	Безопасность на занятиях на открытых площадках. Особенности становления игровых навыков. Основные спортивные игры нашей страны.	1	4	5	Наблюдение, практическое задание
7	Итоговое занятие	-	2	2	Промежуточная диагностика, участие в играх
	Итого	6	20	26	

Содержание программы модуля

Тема 1: Вводное занятие

Теория: Цель, задачи, содержание модуля. Основные правила подвижных и спортивных игр. Первичная диагностика.

Тема 2: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях с подвижными играми.

Теория: Основные ошибки техники безопасности начинающих футболистов при разучивании техники футбола и выполнении упражнений, направленных на развитие основных физических качеств. Правильная разминка – залог отсутствия или практического отсутствия травматизма.

Практика: Разучивание полного комплекса разминочных упражнений на все группы мышц и суставов. Наклоны туловища вперед и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук, круговые движения туловища с различными положениями рук (на поясе, за головой, вверх). Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, с заданием.

Тема 3: Подвижные игры в малых составах. Ускорения из различных исходных положений. Основы специальной ловкости.

Теория: Виды используемого инвентаря на занятиях в спортивном зале и открытой площадке. Техника безопасности на занятиях с подвижными играми.

Практика: Специальные упражнения для развития ловкости. Ускорения из различных исходных положений: стоя лицом, спиной, сидя, лежа, в приседе. Прыжки, многоскоки толчком одной и двух ног. Эстафеты без предметов. Эстафеты с простыми предметами. Упражнения с набивными мячами - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча.

Тема 4: Правила игры в футбол. Подвижные игры народов России. Основы игровых навыков.

Теория: Техника безопасности на занятиях с подвижными играми народов России. Правила игр.

Практика: Разучивание правил подвижных игр народов России. Пробные игры 1x1, 2x2 в упрощённых условиях, без ограничений на основе подвижных игр народов России.

Тема 5: Места занятий, оборудование. Безопасность на занятиях в спортивном зале. Подводящие игровые упражнения в парах.

Теория: Безопасность на занятиях в спортивном зале. Основные принципы и положения. Футбольное поле для проведения тренировок и соревнований, требования к его состоянию. Уход за футбольным полем. Тренировочный городок для занятий по технике, его оборудование. Уход за футбольными мячами, подготовка их к тренировочным

занятиям и играм. Подсобное оборудование и его назначение. Требования к спортивной одежде и обуви, уход за ними.

Практика: Отработка правил безопасности. Подготовка футбольного поля, футбольного мяча к занятиям. Подводящие игровые упражнения в парах.

Тема 6: Безопасность на занятиях на открытых площадках. Особенности становления игровых навыков. Основные спортивные игры нашей страны.

Теория: Футбольное поле для проведения занятий и тренировок, требования к его состоянию. Тренировочный городок. Виды используемого инвентаря на занятиях в спортивном зале и открытой площадке. Подсобное оборудование: щиты, стойки для обводки, кольца-мишени и их применение.

Практика: Разучивание правил подвижных игр народов России, спортивных игр. Пробные игры 1x1, 2x2 в упрощённых условиях, без ограничений на основе подвижных игр народов России.

Тема 7: Итоговое занятие

Практика: Промежуточная диагностика. Матчевые турниры «Ручного мяча» и Мини-футбола в составах 1x1. Командные игры с мячом. Участие в товарищеских играх. Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

2 год обучения

1. Модуль 1 «Общездоровья физическая подготовка»

Цель: развитие основных физических способностей, качеств учащихся в игровой и соревновательной обстановке.

Задачи:

- способствовать освоению правил безопасного использования общеразвивающих упражнений;
- развивать общую скорость, ловкость, координацию, внимание к выполнению нового задания;
- продолжить освоение беговых общеразвивающих упражнений.

Планируемые результаты:

Должны знать:

- название общеразвивающих упражнений;
- основы личной гигиены, режима тренировок и отдыха;
- историю развития футбола в мире и в России.

Должны уметь:

- использовать безопасные способы выполнения общеразвивающих упражнений на основные группы мышц;
- применять общеразвивающие упражнения строго в соответствии с заданием педагога;
- выполнять бег с изменением направления, скорости движения, остановки, повороты, комбинированные задания.

Должны приобрести навык: выполнения комплекса общеразвивающих упражнений в группе, в парах, индивидуально с заданным алгоритмом выполнения.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	2	-	2	Первичная диагностика
2	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях ОФП. Виды беговых	1	2	3	Опрос, наблюдение, практическое задание

	шагов.				
3	Развитие основных физических качеств. Гигиена, закаливание и режим спортсмена. Бег, остановки, повороты.	1	6	7	Наблюдение, практическое задание
4	Физическая культура и спорт в России. Эстафеты простые. Скоростные качества.	1	6	7	Наблюдение, практическое задание
5	Эстафеты с предметами. Основы координации и ловкости.	1	5	6	Наблюдение, практическое задание
6	Всемирная футбольная история. Эстафеты с мячами. Основы силы и выносливости.	1	5	6	Наблюдение, практическое задание
7	Итоговое занятие	-	2	2	Промежуточная диагностика, участие в играх
	Итого	7	26	33	

Содержание программы модуля

Тема 1: Вводное занятие

Теория: Презентация программы 2 года обучения. Цель, задачи, содержание модуля. Значение ОФП для укрепления здоровья и повышения функциональных способностей организма. Средства и методы ОФП. Первичная диагностика.

Тема 2: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях ОФП. Виды беговых шагов.

Теория: Причины травматизма на занятиях футболом. Инструктаж по технике безопасности. Виды беговых шагов.

Практика: Разминка перед тренировкой и игрой. Подвижные игры. Упражнения на изучение видов беговых шагов

Тема 3: Развитие основных физических качеств. Гигиена, закаливание и режим спортсмена. Бег, остановки, повороты.

Теория: Гигиена, закаливание и режим спортсмена. Физические качества.

Практика: Упражнения для развития физических качеств, стартовой скорости. Бег с ускорениями до 60 м. Челночный бег 3x10м, 4x5м. Прыжки вверх толчком двух ног с места до касания груди коленями и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Упражнения для развития дистанционной скорости. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным, скрестным шагом (вправо и влево).

Тема 4: Физическая культура и спорт в России. Эстафеты простые. Скоростные качества.

Теория: Развитие физической культуры и спорта в России. Новые факты в истории футбола. Способы проведения эстафет, от простых к сложным, с предметами, с взаимодействием с партнером.

Практика: Выявление скоростных качеств на занятиях футболом. Упражнения для развития быстроты. Подвижные игры: «Салки», «Невод», «Попади в цель» и др. Эстафеты с элементами бега, метания, прыжков, с предметами и без.

Тема 5: Эстафеты с предметами. Основы координации и ловкости.

Теория: Координация, ловкость спортсмена. Способы проведения эстафет, от простых к сложным, с предметами, с взаимодействием с партнером.

Практика: Подвижные игры народов России («Догони», «Попади в мяч», «Ручной Мяч 2x2,3x3» и др.). Эстафеты. Упражнения на развитие координации, ловкости.

Тема 6: Всемирная футбольная история. Эстафеты с мячами. Основы силы и выносливости.

Теория: Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Новые факты в истории футбола за рубежом.

Практика: Подвижные игры и эстафеты: «К своим флажкам», «Салки с предметами» и др.

Тема 7: Итоговое занятие

Практика: Промежуточная диагностика. Сдача нормативов. Контрольные эстафеты. Участие в играх и соревнованиях.

2. Модуль 2 «Основные умения и навыки игры в футбол»

Цель: развитие учащихся посредством формирования физической культуры, овладения техникой и тактикой игры в футбол.

Задачи:

- познакомить с основами безопасного использования упражнений на технику владения мячом;
- развивать специальную скорость, ловкость и координацию, внимание к выполнению технического задания с пояснением тактической эффективности;
- способствовать освоению и закреплению разнообразных технико-тактических приемов игры.

Планируемые результаты:

Должны знать:

- название основных упражнений на технику владения мячом, специальную скорость, ловкость и координацию;
- значение личной гигиены, режима тренировок и отдыха;
- способы ведения и остановки мяча, передачи и приема мяча.

Должны уметь:

- выполнять индивидуально и в парах упражнения на технику владения мячом, специальную скорость, ловкость и координацию;
- применять специальные упражнения строго в соответствии с заданием педагога;
- выполнять основные способы ведения, остановки, поворотов, разворотов, контроля и владения мячом, передачи и приема мяча.

Должны приобрести навык: выполнения комплекса упражнений на технику владения мячом.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Первичная диагностика
2	Профилактика травматизма на занятиях. Способы безопасного выполнения. Ведение мяча. Основы техники и тактики игрока	1	7	8	Наблюдение, практическое задание

	как индивида.				
3	Владение мячом. Основы техники ведения мяча в разных условиях.	2	7	9	Наблюдение, практическое задание
4	Передача и приём мяча. Основы техники и тактики игрока. Основные умения при работе с мячом у стены в разных условиях.	1	6	7	Наблюдение, практическое задание
5	Подводящие упражнения в парах, тройках на владение мячом. Эстафеты с элементами футбола.	1	6	7	Наблюдение, практическое задание
6	Контрольные испытания	-	2	2	Наблюдение, практическое задание
7	Итоговое занятие	-	2	2	Промежуточная диагностика, контрольная игра, участие в играх, соревнованиях
	Итого	6	31	37	

Содержание программы модуля

Тема 1: Вводное занятие

Теория: Цель, задачи, содержание модуля. Основные технико-тактические и другие качества футболиста. Специальная физическая подготовка спортсмена.

Практика: Первичная диагностика. Упражнения по специальной подготовке.

Тема 2: Профилактика травматизма на занятиях. Способы безопасного выполнения. Ведение мяча. Основы техники и тактики игрока как индивида.

Теория: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях. Ведение мяча. Беговые шаги, координация.

Практика: Общие и специальные беговые упражнения для развития быстроты и ловкости. Бег на 10-15 м из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лежа. Упражнения на координацию.

Тема 3: Владение мячом. Основы техники ведения мяча в разных условиях.

Теория: Разучивание основных способов ведения мяча в разных условиях, остановки мяча руками и ногами. Способы безопасного разучивания новых упражнений, дистанция между игроками, выполнение и остановка в выполнении по команде.

Практика: Ведение мяча руками: левой и правой отдельно по прямой. Ведение мяча попеременно с изменением направления между стоек и движущихся партнеров. Ведение мяча: серединой подъема, носком, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнеров.

Тема 4: Передача и приём мяча. Основы техники и тактики игрока. Основные умения при работе с мячом у стены в разных условиях.

Теория: Способы безопасного разучивания новых упражнений, дистанция между игроками, выполнение и остановка в выполнении по команде. Основы техники и тактики игрока.

Практика: Остановка мяча: катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. Передача мяча внутренней стороной стопы, по неподвижному и катящемуся мячу. Отработка умений при работе с мячом у стены в разных условиях.

Тема 5: Подводящие упражнения в парах, тройках на владение мячом. Эстафеты с элементами футбола.

Теория: Специальные упражнения. Подвижные игры неспецифическими средствами футбола. Подвижные игры специфическими средствами футбола. Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.

Практика: Подвижные игры: «Мяч ловцу», «Коршун и цыплята», «Салки», «Невод», «Попади в цель», «Пятнашки», «Зайцы в огороде», «Лиса и куры», «К своим флажкам», «Кто дальше бросит» и др. Спортивные игры с элементами ручного мяча, баскетбола по упрощенным правилам. Эстафеты: с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Тема 6: Контрольные испытания

Практика: Выполнение контрольных упражнений по физической и технической подготовке. Таблица нормативов Н.С.Федченко, В.А.Круглыхин «Центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», Москва, 2018г.:

1. Удары на точность по воротам;
2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам;
3. Жонглирование мячом.

Тема 7: Итоговое занятие

Практика: Промежуточная диагностика. Контрольная игра в малых составах 3х3. Участие в играх, соревнованиях.

3. Модуль 3 «Подвижные и спортивные игры»

Цель: развитие учащихся через освоение подвижных и спортивных игр, позитивное восприятие игры, как индивидуальной и групповой деятельности.

Задачи:

- способствовать освоению игровых упражнений, подвижных и спортивных игр;
- развивать коммуникативные навыки, навыки сотрудничества, внимание к выполнению игрового задания;
- способствовать освоению приемов, способов игровой подготовки учащегося.

Планируемые результаты:

Должны знать:

- название и основные правила подводящих, игровых упражнений, подвижных и спортивных игр;
- основы личной гигиены, режима тренировок и отдыха;
- разные подвижные игры России.

Должны уметь:

- выполнять индивидуально, в парах, других малых составах подводящие, игровые упражнения, подвижные и спортивные игры;
- применять подводящие, игровые упражнения, подвижные и спортивные игры и др. упражнения строго в соответствии с заданием педагога.

Должны приобрести навык: игры в малом составе по правилам.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие	1	1	2	Первичная диагностика
2	Техника безопасности и	1	1	2	Наблюдение, практическое задание

	профилактика травматизма на занятиях с подвижными играми. Разминочные упражнения.				
3	Подвижные игры в малых составах. Ускорения из различных исходных положений. Специальная ловкость. Профилактика травматизма.	1	7	8	Наблюдение, практическое задание
4	Правила игры в футбол. Подвижные игры народов России. Правила, история, разнообразие подвижных игр.	1	7	8	Наблюдение, практическое задание
5	Места для занятий футболом, оборудование. Безопасность на занятиях в спортивном зале, на открытых площадках. Подводящие игровые упражнения в парах, тройках.	1	7	8	Наблюдение, практическое задание
6	Подвижные игры народов России. Игровые навыки. Коллективная и индивидуальная игра.	1	7	8	Наблюдение, практическое задание
7	Итоговое занятие.	-	2	2	Промежуточная диагностика, участие в играх, соревнованиях
	Итого	6	32	38	

Содержание программы модуля

Тема 1: Вводное занятие

Теория: Цель, задачи, содержание модуля. Основные правила подвижных и спортивных игр.

Практика: Первичная диагностика. Контрольная игра.

Тема 2: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях с подвижными играми. Разминочные упражнения.

Теория: Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях с подвижными играми. Основные ошибки техники безопасности начинающих футболистов. Правильная разминка – залог отсутствия или практического отсутствия травматизма. Комплекс разминочных упражнений.

Практика: Разучивание полного комплекса разминочных упражнений на все группы мышц и суставов. Наклоны туловища вперед и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук, круговые движения туловища с различными положениями рук (на поясе, за головой, вверх). Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага,

скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу, с заданием.

Тема 3: Подвижные игры в малых составах. Ускорения из различных исходных положений. Специальная ловкость. Профилактика травматизма.

Теория: Виды используемого инвентаря на занятиях в спортивном зале и открытой площадке. Техника безопасности, профилактика травматизма на занятиях с подвижными играми. Ускорения из различных исходных положений. Специальная ловкость.

Практика: Упражнения для развития специальной ловкости. Ускорения из различных исходных положений: стоя лицом, спиной, сидя, лежа, в приседе. Прыжки, многоскоки толчком одной и двух ног. Эстафеты без предметов. Эстафеты с простыми предметами. Упражнения с набивными мячами - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча.

Тема 4: Правила игры в футбол. Подвижные игры народов России. Правила, история, разнообразие подвижных игр.

Теория: Правила, история, разнообразие подвижных игр. Техника безопасности на занятиях подвижными играми народов России.

Практика: Разучивание правил подвижных игр народов России. Пробные игры 1x1, 2x2 в упрощённых условиях, без ограничений на основе подвижных игр народов России.

Тема 5: Места для занятий футболом, оборудование. Безопасность на занятиях в спортивном зале, на открытых площадках. Подводящие игровые упражнения в парах, тройках.

Теория: Места для занятий футболом, оборудование – футбольное поле, футбольные мячи. Безопасность при занятиях в спортивном зале, на открытых площадках.

Практика: Подготовка футбольного поля, мячей к игре. Подводящие игровые упражнения в парах, тройках.

Тема 6: Подвижные игры народов России. Игровые навыки. Коллективная и индивидуальная игра.

Теория: Правила подвижных игр народов России.

Практика: Разучивание правил подвижных игр народов России. Упражнения на развитие игровых навыков. Пробные игры 1x1, 2x2 в упрощённых условиях, без ограничений на основе подвижных игр народов России.

Тема 7: Итоговое занятие

Практика: Промежуточная диагностика. Матчевые турниры «Ручного мяча в составах 1x1, 2x2», мини-футбола в составах 1x1, 2x2. Командные игры с мячом. Участие в товарищеских играх, соревнованиях. Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

4. Ресурсное обеспечение программы

4.1. Методическое, информационное обеспечение программы

Педагогические технологии, методы, формы занятий:

Для реализации программы используются: здоровьесберегающие технологии, технология развивающего обучения, игровые технологии, групповые технологии, технология обучения в сотрудничестве. В отдельных исключительных случаях, программа предусматривает использование дистанционных образовательных технологий при проведении отдельных занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации учащихся.

Формы организации деятельности на занятиях: групповая, индивидуальная.

Используются следующие методы обучения и воспитания:

1. Словесный: беседа, рассказ, объяснение, побуждающий или подводящий диалог.
2. Наглядный: показ преподавателя, показ учащегося.
3. Практический: самостоятельное и под руководством педагога выполнение заданий.

4. Метод наблюдений.
5. Метод создания благоприятного общения.
6. Метод контроля и самоконтроля.

Структура процесса обучения:

1. Ознакомление с изучаемым приёмом или действием (показ, словесное объяснение, демонстрация); все эти методики применяются в единстве;
2. Разучивание двигательных действий (целостно, по частям);
3. Предупреждение и исправление ошибок, отдельные (основные) причины ошибок: непонимание задания, неточное представление о способе выполнения; слабая физическая подготовка; недостаточная координация движений, неуверенность в себе; страх; отрицательное влияние прежних навыков.
4. Закрепление – совершенствование навыков (действий): установка на результат действий; количество повторений; распределение по времени выполнения упражнения и отдыха;
5. Анализ и оценка усвоения материала: поощрение или неодобрение; общая оценка усвоения (в том числе результатов соревновательных упражнений или фрагментов игры). Некоторые особенности воспитания физических качеств: нагрузка и отдых – основные компоненты методов воспитания физических качеств. В ходе учебно-тренировочных занятий целесообразно ориентироваться на чередование нагрузки (работы) и отдыха между упражнениями с учетом требований игры в хоккей, например 1-2 минуты работы - 3-5 минут – пауза для регулирования нагрузки.

Важно во время занятий обращать внимание на внешние признаки, характеризующие состояние занимающихся:

1. Качество выполняемых упражнений или элементов игры;
2. Внешний вид: выражение лица, осанка, состояние – оживлённое или подавленное;
3. Внешние признаки дыхания (частота, равномерность, экскурсия грудной клетки).
4. Потоотделение.

Внешние признаки позволяют педагогу определить состояние учащихся. Следует помнить, что эмоциональные занятия затухивают чувство усталости и, наоборот, однообразие приводит к преждевременной утомляемости. Определение утомляемости необходимо сочетать с результатами врачебного контроля.

Большое значение имеет соревновательный метод, как в воспитании физических качеств, так и в обучении футболу. Совершенствование соревновательной деятельности осуществляется в учебных играх на двоих ворот, спаррингах, в товарищеских, контрольных, показательных, коммерческих и играх официального календаря.

Морально-волевая подготовка представляет собой процесс нравственного воспитания, осуществляемого как в учебно-тренировочных занятиях, играх, так и посредством других различных форм. На современном этапе развития футбола, когда уровень подготовленности и силы команд примерно равны, результат матча во многом зависит от уровня психологической устойчивости, целеустремленности, дружбы, желания победить и многого другого, иными словами от уровня психологической подготовки. В ходе учебно-тренировочных занятий, соревнований и других мероприятий, педагог постоянно должен помнить о психологической подготовленности, добиваться творческого и чёткого выполнения поставленных задач.

Нравственное, умственное и эстетическое воспитание осуществляются, главным образом, в ходе учебно-тренировочных занятий. Нравственному воспитанию принадлежит ведущая роль. Основным методом нравственного воспитания является приучение занимающихся к точному выполнению задач и требований педагога. С первых занятий у занимающихся воспитывается самообладание, выдержка, умение владеть собой в изменяющихся условиях, преодоление страха, неуверенности в своих силах и др. Путь к достижению высоких спортивных результатов связан с преодолением огромных

трудностей, отказом от вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики и др.) несовместимых с укреплением здоровья.

Огромное значение имеет атмосфера в команде, общность интересов, целеустремленность, взаимопомощь в достижении единой цели, ответственность перед коллективом. Формирование морального облика спортсмена предполагает использование общепедагогических методов: убеждение, разъяснение, поощрение, наказание и др. Выбор того или иного метода зависит от возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся. Творческое содружество игрока и тренера позволяет быстрее достигать высокого спортивного мастерства, развивает творческую инициативу футболистов. Примером содружества может быть совместный просмотр видеозаписей с обсуждением действий футболистов в игре, подбор наиболее эффективных средств для индивидуальной работы и многое др.

В рамках реализации программ осуществляется сетевое и межведомственное взаимодействие с другими учреждениями:

№ п/п	Учреждения	Формы взаимодействия
1	МБОУ ДО	Организация и проведение турниров, соревнований, спортивных мероприятий.
2	МБУ г. О Тольятти	Организация и проведение тренировок, соревнований, турниров.
3	Центр физической культуры и спорта	Организация и проведение соревнований, турниров. Участие в соревнованиях и турнирах.
4	Дума г.о. Тольятти	Организация и проведение турниров, соревнований, спортивных мероприятий.

Воспитательная работа ведется на протяжении всего учебного процесса в соответствии с планами учреждения, объединения, ежегодным календарем знаменательных и памятных дат, в форме: физкультурно-массовые мероприятия, праздник, тематическая беседа, экскурсии на спортивные объекты, участие в акциях и др.

Педагогический инструментарий оценки эффективности программы:

- Тестовый материал для контрольного опроса учащихся (авторский вариант) – отслеживание уровня усвоения теоретических знаний учащихся по программе модулей.
- Лист экспертной оценки педагога «Практические умения и навыки учащихся» - авторский вариант.

Лист наблюдений (оценка педагога) – авторский вариант.

Учебно-методический комплект:

Вид	Название
Наглядные пособия	Плакаты, схемы, рисунки, фотографии, кинокольцовки, картотека упражнений, правила игры, правила судейства, Положения о соревнованиях, инструкции по охране труда
Медиапособия, Интернет-ресурсы	Видеофильмы, видеоролики, презентации VideoTrainingVV (<u>Канал Видео тренировки на Ютубе</u>). Дневник Конеджера - первый сайт Проекта «Индивидуальная подготовка юных футболистов». Футбол-удары.рф: Большинство материалов и информации связаны с методикой обучения технике и тактике в футболе,

	<p>организации занятий и практических вопросов проведения тренировок: советы и объяснения, рекомендации и пояснения, приёмы, детали и тонкости методики обучения и совершенствования ударов.</p> <p>Сайт Министерства спорта и туризма РФ (https://minsport.gov.ru)</p> <p>Сайт Российского Футбольного Союза (https://rfs.ru)</p> <p>Сайт Министерства спорта Самарской области (https://minsport.samregion.ru)</p>
Раздаточный материал	Карточки, инструкции, тесты, бланки к тестам
Литература для учащихся	<ol style="list-style-type: none"> 1. Голомазов, С.В. Футбол. Тренировка вратарями ловли и отражения мячей «на противоходе» и «на два темпа» [Текст]/ С.В. Голомазов. - М.: ГВТ Дивизион, 2020. - 488с. 2. Казаков, И. Настоящая сборная, или Феномен Хиддинка [Текст]/ И. Казаков. - М.: Эксмо, 2008. - 384с. 3. Как научиться играть в футбол. [Текст]/ - М.: Харвест, 2020. – 208 с. 4. Мутко, В.Л., Андреев, С.Н., Алиев, Э.Г. Мини-футбол - игра для всех [Текст]/ В.Л. Мутько, С.Н. Андреев, Э.Г.Алиев. – М.: Советский спорт, 2008.- 264 с. 5. Тюленьков, С.Ю., Федоров, А.А. Футбол в зале: система подготовки [Текст]/С.Ю.Тюленьков, А.А. Федоров. - М.: Терра-Спорт, 2016.- 86с.
Литература, учебные пособия для педагога	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых [Текст]/Х.Вайн. - М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2004.- 242с. 2. Губа, В. Методология подготовки юных футболистов [Текст]/В. Губа. - М.: Человек, 2015. -183с. 3. Губа В.П. Теория и методика современных спортивных исследований: монография [Текст]/ В.П. Губа, В.В. Маринич. – М.: Спорт, 2016. – 228 с. 4. Губа В.П. Тестирование и контроль подготовленности футболистов: монография [Текст]/ В. Губа, А. Скрипко, А. Стула. – М.: Спорт, 2016. – 168 с. 5. Губа, В. Футбол. Программа для футбольных академий, ДЮСШ, СДЮШОР и УОР [Текст]/В. Губа.- М.: Олимпия, 2015. – 208 с. 6. Годик, М. Поурочная программа подготовки юных футболистов [Текст]/ Годик, М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В. - Н.Новгород: Спринт, 2015. - 256с. 7. Лексаков, А. Комплексы упражнений для тренировки юных футболистов [Текст]/ А. В. Лексаков, М.М. Полишкис, С.А. Российский, А.И. Соколов - Н.Новгород: РА Квартал, 2015.-143с. 8. Швайко, Л. Г. Развернутые планы – конспекты уроков. Легкая атлетика, футбол, баскетбол, лыжная подготовка, гимнастика и акробатика [Текст]/ Л.Г. Швайко. – М.: Адукацыя і выхаванне, 2016. – 152с.

4.2. Материально - техническое обеспечение:

- футбольное поле;
- спортивный зал;

- подсобное оборудование: стойки для обводки, стойки для подвески мячей, переносные мишени, подвижный щит с изменяющимся углом наклона отражающей поверхности, переносные ворота;
- спортивный инвентарь: скакалки, футбольные мячи, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, гири, гантели, стойки для обводки мячей, набивные мячи и т. д.

4.3. Кадровое обеспечение: реализацию данной программы осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий высшее или среднее (профессиональное, педагогическое) образование по физкультуре и спорту.

5. Список использованной литературы

1. Бишаева, А.А., Малков, А.А. Физическая культура [Текст]/ А.А. Бишаева, А.А. Малков. - М.: Академия, 2020. 320 с.
2. Голдблатт, Д. Энциклопедия футбола. Самая полная информация об игре [Текст]/ Дэвид Голдблатт. - М.: АСТ, Астрель, 2020. - 496с.
3. Колодницкий, Г. А. Физическая культура. 1–4 классы. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы [Текст]/ Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов. – М.: Просвещение, 2018. – 222с.
4. Колосова, Е.В. Проведение физкультурных занятий и подвижных игр для детей [Текст]/ Е.В. Колосова. – Саратов: ИЦ «Наука», 2018. – 160с.
5. Методика преподавания подвижных игр : учеб.-метод. пособие [Текст]/ А. Г. Фурманов; Белорус. гос. ун-т физ. культуры. – Минск : БГУФК, 2020. – 49с.
6. Педагогика физической культуры. Учебник для студентов ВУЗов [Текст]/ Под ред. Неверковича С.Д.. - М.: Academia, 2017. - 400с.

Критерии оценки результатов освоения программы «Футбол»

№ п/п	Критерии	Уровни			Способ оценки
		Низкий	Средний	Высокий	
1	Мотивация	Занятия посещают не регулярно; не проявляют интерес. Не проявляют эмоционально-ценностного отношения к спортивным занятиям и игровой деятельности.	Посещают занятия, проявляют интерес и удовлетворенность работой на занятиях. Частично проявляют эмоционально-ценностное отношение к спортивным занятиям и игровой деятельности.	Посещают занятия регулярно, с интересом; проявляют настойчивость в достижении целей в игровой деятельности. Проявляют эмоционально-ценностное отношение к занятиям и играм. Четко выполняют задания	Наблюдение Анализ деятельности Опрос
2	Освоение теоретических знаний	Знание терминов, освоение теоретического материала по предмету – 30%. Недостаточность использования полученных теоретических знаний на практике.	Знание терминов, правил техники безопасности, правил игры; освоение знаний, соответствующих программным требованиям – 50%. В изложении и использовании теоретического материала допускает неточности и ошибки.	Знание терминов, правил техники безопасности, правил игры; освоение знаний, соответствующих программным требованиям - более 80%, понимание сущности теоретического материала, логическое его изложение и использование на практике.	Опрос
3	Практические умения и навыки	Не уверенно владеет техникой и тактикой	Не полностью владеет техникой и тактикой	Владеет техникой и тактикой игры. Умеет	Наблюдение Контрольные задания

		<p>игры. Слабо развиты навыки использования спортивного инвентаря. Не умеет применять на практике основные приемы, способы игры; низкий объем усвоенных умений и навыков, соответствующих программным требованиям. Не выполняет контрольные нормативы.</p>	<p>игры. Умеет пользоваться спортивным инвентарем. Не всегда аккуратен в выполнении заданий; частично умеет применять на практике основные приемы, способы игры. Контрольные нормативы выполняет в основном правильно.</p>	<p>пользоваться спортивным инвентарем. Тщательно выполняет задания, умеет применять на практике основные приемы, способы игры. Освоенные навыки соответствуют программным требованиям. Владеет игровой ситуацией на поле, техникой передвижения, техникой ударов по воротам. Контрольные нормативы выполняет четко.</p>	<p>(сдача нормативов)</p>
4	<p>Творческие навыки, творческая активность</p>	<p>Слабо проявляет творческую инициативу; творческий поиск в решении поставленных задач; не всегда участвует в соревнованиях.</p>	<p>Не всегда проявляет творческую инициативу; творческий поиск в решении поставленных задач. Иногда проявляет оригинальность в игровой деятельности. Принимает участие в соревнованиях.</p>	<p>Проявляет творческую инициативу, творческий поиск в решении поставленных задач. Проявляет оригинальность, своеобразие в игровой деятельности. Активно участвует в соревнованиях.</p>	<p>Анализ игр на соревнованиях и т.д.</p>

5	Самостоятельность	Не умеет работать самостоятельно при выполнении заданий, игры, нуждается в постоянной внешней стимуляции.	Иногда работает самостоятельно при выполнении заданий, игры (используют помощь других учащихся, педагога, то есть при подсказке из вне).	Умеет работать самостоятельно при выполнении заданий; игры.	Наблюдение
6	Самооценка, самоконтроль	Не умеет контролировать и регулировать функциональное состояние своего организма. Не умеет управлять своими эмоциями во время игры, конфликтен. Умеет частично контролировать ход игровых действий.	Частично умеет контролировать и регулировать функциональное состояние своего организма. Частично управляет своими эмоциями во время игры, может пойти на конфликт. Умеет контролировать ход игровых действий на поле, частично оценивать итоги игры.	Умеет контролировать и регулировать функциональное состояние своего организма. Умеет управлять своими эмоциями во время игры. Умеет контролировать ход игровых действий и оценивать итоги игры. Умеет оценивать свои игровые действия и действия игроков по команде, соперников.	Наблюдение
7	Коммуникативные навыки и умения	Не умеет слушать и слышать педагога; не умеет связно выразить собственное мнение, часто нарушает культуру общения и взаимодействия в процессе занятий, игр, соревнований.	Не всегда умеет слушать и слышать педагога, не всегда принимает во внимание мнение других людей; редко выражает собственное мнение по существу.	Умеет слушать и слышать педагога, принимает во внимание мнение других людей; умеет выразить собственное мнение. Всегда корректен в общении. Всегда может подстраховать партнеров, стремится к сотрудничеству.	Наблюдение
8	Учебно-организационные	Не умеет организовать	Имеет замечания при	Умеет организовать свое	Наблюдение

	<p>навыки</p>	<p>свое рабочее место; не применяет в процессе занятий и соревновательной деятельности навыки соблюдения правил безопасности; не умеет планировать и распределять учебное время.</p>	<p>организации своего рабочего места; не всегда применяет навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности; может нарушать дисциплину; нуждается в подсказке со стороны педагога.</p>	<p>рабочее место; применяет навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности; всегда дисциплинирован, ответственен, аккуратен; умеет планировать и распределять учебное время.</p>	
--	---------------	--	--	---	--

Педагогический диагностический инструментарий оценки эффективности программы

Тестовый материал для итогового опроса учащихся по усвоению программы по модулям

1 год обучения

Модуль 1 «Общефизическая подготовка»

1. Что такое ОФП?
2. Перечислите название общеразвивающих упражнений.
3. Какие физические качества помогают футболисту выиграть?
4. Какие упражнения развивают скорость?
5. Какие упражнения развивают ловкость?
6. Какие упражнения развивают силу?
7. Какие упражнения развивают выносливость?
8. Что такое режим дня?
9. Что такое личная гигиена?
10. Какова роль закаливания?

Модуль 2 «Основные умения и навыки игры в футбол»

1. Что такое «щека», «шведа», «подъём»?
2. Как называются технические умения футболиста?
3. Что такое ведение мяча?
4. Что такое дриблинг?
5. Что такое удар по мячу?
6. Что такое передача мяча?
7. Чем отличается передача мяча от удара?
8. Назовите футбольные клубы.
9. Назовите футбольные сборные команды.
10. Как помогает личная гигиена футболисту?

Модуль 3 «Подвижные и спортивные игры»

1. С чего начинается любая подвижная и спортивная игра?
2. Какие названия подвижных игр знаете?
3. Какие названия спортивных игр знаете?
4. Что такое спортивный режим?
5. Как помогает спортивный режим футболисту?
6. Что такое FIFA?
7. Сколько правил FIFA вы знаете?
8. Кто изобрёл футбол?
9. Каких футболистов России знаете?
10. Каких футболистов мира знаете?

Обработка результатов:

1-3 правильных ответов на вопросы – низкий уровень.

4-7 правильных ответов на вопросы – средний уровень.

8-10 правильных ответов на вопросы – высокий уровень.

2 год обучения

Модуль 1 «Общефизическая подготовка»

1. Что такое ОРУ?
2. Перечислите виды беговых шагов.
3. Какие упражнения помогают развить физические качества?
4. Какие упражнения развивают стартовую скорость?
5. Какие упражнения развивают ловкость?
6. Какие упражнения развивают силу?
7. Какие упражнения развивают координацию?
8. Какие упражнения развивают дистанционную скорость?
9. Назовите отличия простых эстафет от сложных?
10. Назовите подвижные игры народов России?

Модуль 2 «Основные умения и навыки игры в футбол»

1. Как называются технические умения футболиста?
2. Назовите тактические умения футболиста.
3. Назовите специальные упражнения для развития быстроты.
4. Назовите специальные упражнения для развития ловкости.
5. В чем заключается профилактика травматизма на занятиях футболом?
6. Назовите основные способы ведения мяча.
7. Назовите особенности передачи мяча.
8. Назовите особенности приема мяча.
9. Что такое специфические и неспецифические средства в подвижных играх?
10. Назовите эстафеты с элементами футбола.

Модуль 3 «Подвижные и спортивные игры»

1. Назовите основные правила подвижных игр?
2. В чем заключается отличие подвижных игр от спортивных?
3. Назовите упражнения, входящие в разминочный комплекс.
4. Назовите используемый инвентарь, оборудование на занятиях в спортивном зале.
5. Назовите используемый инвентарь, оборудование на занятиях на открытых площадках.
6. Какие названия подвижных игр знаете?
7. Какие названия спортивных игр знаете?
8. Назовите особенности коллективной тактики игры.
9. Что такое товарищеская игра.
10. Назовите упражнения на развитие игровых навыков.

Обработка результатов:

- 1-3 правильных ответов на вопросы – низкий уровень.
- 4-7 правильных ответов на вопросы – средний уровень.
- 8-10 правильных ответов на вопросы – высокий уровень.

**Лист экспертной оценки педагога
«Практические умения и навыки учащихся»**

№ п/п	Показатели	Баллы				
		1	2	3	4	5
1	Жонглирование мячом стопой, бедром, головой					
2	Ведение мяча по прямой					
3	Ведение мяча с обводкой конусов					
4	Передача мяча внутренней стороной стопы					
5	Удар по мячу в малые ворота					

Обработка результатов:

- по каждому показателю:

1-2 балла – низкий уровень.

3 балла – средний уровень.

4-5 баллов – высокий уровень.

- по программе:

5-11 баллов – низкий уровень.

12-18 баллов – средний уровень.

19-25 баллов – высокий уровень.

Лист наблюдений (оценка педагога)

№ п/п	Показатели	Баллы				
		1	2	3	4	5
1	Развитие коммуникативных навыков и умений					
2	Развитие самостоятельности и внимания					
3	Активность и позитив (участие в соревнованиях)					
4	Самооценка, самоконтроль					
5	Учебно-организационные навыки					

Обработка результатов:

- по каждому показателю:

1-2 балла – низкий уровень.

3 балла – средний уровень.

4-5 баллов – высокий уровень.

- по программе:

5-11 баллов – низкий уровень.

12-18 баллов – средний уровень.

19-25 баллов – высокий уровень.

Лист сдачи контрольных нормативных результатов

Специализация и направленность		Вид и № упражнения	7 -9лет					10-12 лет				
			Оценка результата в баллах					Оценка результата в баллах				
Общая физическая подготовка	Скорость	1.Бег 10 м (сек)	-	-	-	-	-	2.8	2.6	2.4	2.3	2.2
		2.Бег 30 м (сек)	7,5	7.3	7,1	6,2	5,6	6.0	5.9	5,7	5.5	5.3
		3.Бег 50 м (сек)	-	-	-	-	-	8,8	8.7	8,6	8.4	8,2
		4.Бег 60 м (сек)	-	-	-	-	-	10,6	10,5	10,3	10,1	9,9
	Скоростная выносливость	5.Челночный бег 3 x 10 м (сек)	11,2	10.8	10,6	10,3	9,9	10.1	10,0	9,8	9,5	9,1
		6.Бег 300 м (сек)	-	-	-	-	-	70	68	66	64	62
	Выносливость	7.Бег 6 мин (м)	700	750	900	950	1000	700	750	850	950	1100
	Скоростно - силовая	8.Прыжок в длину с места(см)	100	115	135	140	155	120	130	140	155	160
		9.3х-кратный прыжок (см)	-	-	-	-	-	390	400	410	420	430
	Сила	10.Подтягивание на перекладине (раз)	1	1	2	3	4	1	1	2	3	4
Специальная физическая подготовка	Скоростно- силовая	11.Вбрасывание мяча руками (м)	-	-	-	-	-	4	5	6	7	8
		12.Удары по мячу на дальность (м)-сумма ударов правой и левой ногами	-	-	-	-	-	16	18	20	22	24
	Скорость	13.Бег30м ведением мяча (сек)	-	-	-	-	-	7,2	7,1	7,0	6,9	6,8
Техническая подготовка	14.Удары на точность по воротам (м)	-	-	-	-	-	0	1	2	3	4	
	15. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	-	-	-	-	-	12,8	12,6	12.4	12,1	12.0	
	16. Жонглирование мячом (раз)	-	-	-	-	-	2	3	4	5	6	