

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 13  
ПОС. ВЕНЦЫ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ  
РАЙОН ИМЕНИ ДВАЖДЫ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА  
ГОРБАТКО ВИКТОРА ВАСИЛЬЕВИЧА

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» августа 2022 г.  
Протокол № 1



Утверждаю  
Директор МБОУ СОШ № 13  
им. В. В. Горбатко

О. Ю. Подлубная  
2022г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Футбол»

Уровень программы: ознакомительный  
Срок реализации программы: 1 год – 72 часа  
Возрастная категория: от 7 до 11 лет  
Состав группы: до 15 человек  
Форма обучения: очная  
Вид программы: модифицированная (авторская)

Программа реализуется на бюджетной основе  
ID-номер Программы в Навигаторе: 38474

Автор-составитель:  
Грачев Алексей Олегович,  
педагог дополнительного образования

пос. Венцы, 2022

## **Нормативно-правовое основание проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014г. № 1726-р.
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г.
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018г., регистрационный номер № 25016).
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014г. №2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
8. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 №467).
9. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
10. Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
11. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015г. Министерство образования и науки РФ.
12. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020г.
13. Государственная программа Краснодарского края «Развитие образования», утвержденная постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 5 октября 2015 г. № 939.
14. Концепция развития системы дополнительного образования детей в Краснодарском крае до 2020г, утвержденная постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 2016г.

## **Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **1. Пояснительная записка.**

**Направленность данной программы** – физкультурно-спортивная. Программа реализуется в форме спортивной секции. Спорту принадлежит значительная роль в воспитании молодого поколения страны. Спортивные занятия с школьниками начальной школы служат составной частью их всестороннего развития, воспитания, здоровья. Спортивные игры, а в частности футбол, играют особую роль во все стороннем физическом развитии школьников особенно в начальной школе.

Программа создана на основе курса обучения игре в футбол, который является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Кроме того, футбол является одним из ведущих видов спорта в организации внеурочной работы в общеобразовательном учреждении.

**Новизной** решения данной программы является двигательная деятельность, что важно для детей начальной школы, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной программы воспитанники формируются как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

**Актуальность образовательной программы** заключается в том, что она направлена на удовлетворение детей в активных формах двигательной деятельности в начальной школе, обеспечивающей физическое, духовное и нравственное развитие обучающихся. В наше время массовый детский спорт приобрел новое и весьма важное социальное значение.

### **Отличительные особенности**

Основными специфическими средствами футбола являются:

- тактика игры в футбол
- техника игры
- тактика нападения

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнеров и соперника, выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразное для использования ведения мяча, выбор способа и направления в ведении. Применение различных видов обводки с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты, в зависимости от игровой ситуации.

### ***Адресат программы***

Программа предназначена для детей 7-11 лет.

Наличие специальной подготовки не требуется, принимаются все желающие дети, проявляющие интерес к занятиям по футболу, допущенные врачом к занятиям физической культурой. Два раза в год проводятся контрольные испытания по общей, специальной физической и технической подготовке

Условия набора. В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

### **Количество учащихся.**

Количество учащихся в объединении определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН.

В группе 15 человек.

### ***Уровень программы***

Программа *базового* уровня рассчитана на формирование у учащихся интереса, устойчивой мотивации к избранному виду спорта.

### **Объем и срок реализации программы**

Общее количество часов необходимых для прохождения программы – 72.

Срок обучения – 36 недель.

### **Форма обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов.

Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;

- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговое тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Основные формы проведения занятий: учебная, учебно-тренировочная, модельная, соревновательная.

Каждое занятие состоит из 3 частей:

- подготовительной (ходьба, бег, ОРУ),
- основной (техника, тактика, судейство игры),
- заключительной (ходьба, медленный бег, упражнения на осанку).

### **Особенности организации образовательного процесса**

Основное внимание уделяется, разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием средств ОФП, освоению базовых элементов техники игры в футбол. По окончании учебного года учащиеся должны выполнить нормативные требования по общей физической подготовленности и специальной подготовке. Основная задача на этом этапе - привить стойкий интерес к игре: «футбол».

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов – 72.

Количество занятий в неделю – два академических часа.

Продолжительность занятий – 40 минут

### **Цель и задачи программы**

**Целью программы** является: технико-тактическая подготовка юных футболистов, знакомство с игровой специализацией по функциям игроков.

#### **Задачи:**

- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся начальной школы ;
- содействие правильному физическому развитию детей и подростков начальной школы;
- повышение общей физической подготовленности учеников начальной школы;
- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка учеников начальной школы;
- дальнейшее изучение и совершенствование основ техники и тактики игры;
- приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований;

Задачи программы заключаются в содействии физическому развитию детей и подростков начальной школы, воспитанию гармонично развитых активных членов общества, стойких защитников Родины.

Непосредственными условиями выполнения этих задач является целенаправленная подготовка учащихся начальной школы: привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, подготовка общественных физкультурных организаторов (инструкторов и судей) по мини-футболу для школьного спортклуба.

Основной принцип работы - выполнение программных требований по физической, технической, тактической, теоретической подготовке. Программа составлена на основе материала, который дети изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе.

В программе учитывается материально-техническое состояние образовательного учреждения и наличие спортивного инвентаря; обращается особое внимание на индивидуальное (физическое и психическое) развитие ребенка.

### Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1. Теоретическая подготовка (3 часа)				
1.1	Теоретическая подготовка	3	3		опрос
2.	Раздел 2. Техническая подготовка (42 часов)				
2.1	Прием и отбор мяча	12		12	Выполнение упражнений
2.2	Удары по мячу	10		10	
2.3	Ведение мяча	10		10	Выполнение упражнений
2.4	Передача мяча	10		10	Выполнение упражнений
3.	Раздел 3. Тактическая подготовка (10 часов)				
3.1	Действия игрока в защите	5		5	Выполнение упражнений
3.2	Действия игрока в нападении	5		5	Выполнение упражнений
4.	Раздел 4. Физическая подготовка (10 часа)				
4.1	Общая подготовка	5		5	Выполнение упражнений
4.2	Специальная	5		5	Выполнение

	подготовка				упражнений
5.	Раздел 5. Участие в соревнованиях (5 часов)				
5.1	Участие в соревнованиях	5		5	Соревнования
6.	Раздел 6. Тестирование				
6.1	Диагностика	2		2	тестирование
ИТОГО:		72	3		

### Содержание учебного плана

*Раздел 1. Теоретическая подготовка (3 часа).*

Теория: Краткий обзор возникновения и развития футбола. Значение занятий физической культурой и спортом для детей начальной школы. Правила судейства соревнований. Права и обязанности игроков. Физическая подготовка футболистов. Техническая подготовка футболистов. Тактическая подготовка футболистов. Психологическая подготовка футболистов.

*Раздел 2. Техническая подготовка (42 часа).*

Практика: Прием и отбор мяча. Прием опускающихся мячей серединой подъема. Прием летящего на игрока мяча грудью. Прием опускающегося мяча бедром. Отбор мяча накладыванием стопы. Отбор мяча выбиванием. Отбор мяча выбиванием из зоны защиты. Удары по мячу. Обучение удару головой без прыжка. Удар внутренней стороной стопы. Удар головой в прыжке. Удар по мячу внешней стороной стопы. Удар-бросок стопой. Удар слёту внутренней стороной стопы. Удар слёту серединой подъема. Удар слёту внешней частью подъема. Удар слету серединой подъема. Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней стороной. Ведение мяча внутренней частью подъема. Ведение мяча подошвой. Ведение мяча внешней стороной подъема. Ведение и отбор мяча накладыванием стопы. Передачи мяча. Передача мяча в парах, ведение носком. Передача мяча серединой подъема. Передача мяча внутренней стороной стопы. Передача мяча внутренней частью подъема.

*Раздел 3. Тактическая подготовка (10 часов).*

Практика: Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от штанги. Быстрый прорыв. Командные действия в защите. Командные действия в нападении. Игра в футбол с заданными тактическими действиями.

*Раздел 4. Физическая подготовка (10 часа).*

Практика: Общая физическая подготовка. Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками) на скамейках. Подвижные игры. Эстафеты. Легкоатлетические упражнения. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты). Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты движений футболиста. Упражнения для развития специальной выносливости футболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств футболиста. Упражнения для развития ловкости футболиста. Упражнения для развития силы.

Раздел 5. Участие в соревнованиях (5 часов)

Раздел 6. Диагностика (2 часа)

### **Результаты освоения программы**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Программа предусматривает достижение следующих результатов:  
личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения программы опыт специфической деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

*Личностными результатами* программы является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

*Метапредметными результатами* программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью педагога, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному педагогом плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Познавательные УУД:*

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

*Коммуникативные УУД:*

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

*Оздоровительные результаты программы:*

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

*Учащиеся должны уметь:*

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спорта, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным инвентарём и оборудованием, специальными средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Ожидаемые результаты работы:

- учащиеся овладевают техникой и тактикой игры в мини- футбол;

- овладевают строевыми командами и подбором упражнений по общей физической подготовки (разминки);
- учащиеся приобретают навыки инструктора-общественника;
- самостоятельно осуществляют практическое судейство игры;
- могут организовывать соревнования в группе, в школе;
- умеют вести технический протокол игры, по форме составить заявку на участие в соревнованиях,

## Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации».

### Календарный учебный график программы

Дата начала и окончания учебного периода – с 01.09.2022 г. по 31.05.2023г.

Количество учебных недель – 36

Место проведения – МБОУ СОШ №13 им.В.В.Горбатко, х.Духовской, ул.Рабочая,4.

Время проведения занятий – понедельник, четверг 16.10-16.50

№ п/п	Календарные даты		Тема занятия	Форма проведения занятия	Кол-во часов	Форма аттестации//контроля
	план	факт				
1.	01.09		Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Значение занятий физической культурой и спортом. Правила судейства соревнований.	Беседа	1	Опрос
2.	05.09		Правила судейства соревнований. Права и обязанности игроков.	Беседа	1	Опрос
3.	08.09		Физическая подготовка футболистов. Техническая подготовка футболистов. Тактическая подготовка футболистов. Психологическая подготовка футболистов.	Беседа	1	Опрос
4.	12.09		Прием и отбор мяча.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
5.	15.09		Приём опускающихся мячей серединой подъёма.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
6.	19.09		Приём летящего на игрока мяча грудью.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
7.	22.09		Приём опускающегося мяча бедром.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
8.	26.09		Отбор мяча накладыванием стопы.	Тренировка	1	Выполнение

						упражнений
9.	29.09		Отбор мяча выбиванием.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
10.	03.10		Отбор мяча выбиванием из зоны защиты.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
11.	06.10		Удары по мячу.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
12.	10.10		Обучение удару головой без прыжка.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
13.	13.10		Обучение удару головой без прыжка.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
14.	17.10		Удар внутренней стороной стопы.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
15.	20.10		Удар головой в прыжке.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
16.	24.10		Удар головой в прыжке.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
17.	27.10		Удар по мячу внешней стороной стопы.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
18.	31.10		Удар-бросок стопой.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
19.	03.11		Удар слёту внутренней стороной стопы	Тренировка	1	Выполнение упражнений
20.	07.11		Удар слёту серединой подъёма.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
21.	10.11		Удар слёту внешней частью подъёма	Тренировка	1	Выполнение упражнений
22.	14.11		Удар слету серединой подъёма.	Тренировка	1	Выполнение упражнений

23.	17.11		Ведение мяча.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
24.	21.11		Ведение мяча внутренней и внешней стороной.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
25.	24.11		Ведение мяча внутренней частью подъёма.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
26.	28.11		Ведение мяча внутренней частью подъёма.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
27.	01.12		Ведение мяча подошвой.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
28.	05.12		Ведение мяча внешней стороной подъёма.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
29.	08.12		Ведение и отбор мяча накладыванием стопы.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
30.	12.12		Передачи мяча.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
31.	15.12		Передача мяча в парах, ведение носком.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
32.	19.12		Передача мяча серединой подъёма.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
33.	22.12		Передача мяча внутренней стороной стопы.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
34.	26.12		Защитные действия при опеке игрока с мячом.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
35.	29.12		Перехват мяча. Борьба за мяч после отскока от штанги.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
36.	12.01		Быстрый прорыв.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
37.	16.01		Командные действия в нападении.	Тренировка	1	Выполнение

						упражнений
38.	19.01		Командные действия в нападении.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
39.	23.01		Игра в мини-футбол с заданными тактическими действиями.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
40.	26.01		Игра в мини-футбол с заданными тактическими действиями.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
41.	30.01		Игра в мини-футбол с заданными тактическими действиями.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
42.	02.02		Игра в мини-футбол с заданными тактическими действиями.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
43.	06.02		Игра в мини-футбол с заданными тактическими действиями.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
44.	09.02		Игра в мини-футбол с заданными тактическими действиями.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
45.	13.02		Общеразвивающие упражнения – элементарные.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
46.	16.02		Общеразвивающие упражнения – с весом собственного тела.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
47.	20.02		Общеразвивающие упражнения – с партнером.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
48.	27.02		Общеразвивающие упражнения – с набивными мячами.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
49.	02.03		Общеразвивающие упражнения – с мячами различного диаметра.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
50.	06.03		Общеразвивающие упражнения – с обручами и скакалками.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
51.	09.03		Общеразвивающие упражнения – на скамейках.	Тренировка	1	Выполнение упражнений

52.	13.03		Подвижные игры.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
53.	16.03		Эстафеты.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
54.	20.03		Легкоатлетические упражнения.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
55.	23.03		Акробатические упражнения – перевороты.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
56.	27.03		Акробатические упражнения - перекаты.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
57.	30.03		Упражнения для развития быстроты движений футболиста.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
58.	03.04		Упражнения для развития быстроты движений футболиста.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
59.	06.04		Упражнения для развития специальной выносливости футболиста.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
60.	10.04		Упражнения для развития специальной выносливости футболиста.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
61.	13.04		Упражнения для развития ловкости футболиста.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
62.	17.04		Упражнения для развития ловкости футболиста.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
63.	20.04		Упражнения для развития силы.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
64.	24.04		Упражнения для развития силы.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
65.	27.04		Упражнения для развития силы.	Тренировка	1	Выполнение упражнений
66.	04.05		Участие в соревнованиях	Турнир	1	соревнования

67.	08.05		Участие в соревнованиях	Турнир	1	соревнования
68.	11.05		Участие в соревнованиях	Турнир	1	соревнования
69.	15.05		Участие в соревнованиях	Турнир	1	соревнования
70.	18.05		Участие в соревнованиях	Турнир	1	соревнования
71.	22.05		Диагностика	Наблюдение	1	Тест
72.	25.05		Диагностика	Наблюдение	1	Тест

## Формы контроля и оценочные материалы

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, участие в соревнованиях. Форма итоговой аттестации – тестирование.

Формы организации занятий:

Групповые практические занятия;

Групповые и индивидуальные теоретические занятия;

Индивидуальные занятия с отдельными спортсменами;

Самостоятельные тренировки по индивидуальным планам и по заданию тренера;

Просмотр учебных кинофильмов и соревнований;

Участие в спортивных соревнованиях.

### Оценочные материалы.

#### Контрольно-переводные нормативы по физической подготовке по годам обучения (юноши)

#### Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет				
		7	8	9	10	11
Бег 30 м с высокого старта, с	м	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9
	д	6,0	5,9	5,8	5,7	5,6
Бег 300 м, с	м	60,0	58,0			
	д	62,0	61,0			
Челночный бег, 3*10 м, с	м	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0
	д	9,3	9,1	9,0	9,0	8,8
6-минутный бег, м	м	-	1150	1200	1200	1300
	д	-	950	1000	1050	1100
Прыжок в высоту с места, см	м	40	48	53	57	60
	д	34	36	38	40	42
Прыжок в длину с места, см	м	178	185	190	194	197
	д	145	150	155	160	165
Метание набивного мяча (1 кг), м	м	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0
	д	4,6	4,8	5,2	5,6	6,0
Подтягивание из виса на перекладине, раз	м	-	-	5	6	7
	д	-	-	-	-	-
Отжимания из упора на полу, раз	м	10	15	-	-	-
	д	7	9	12	14	16

## **Организационно-педагогические условия реализации программы**

Для организации работы по программе необходимо:

•**Кадровое обеспечение:** педагог, имеющий соответствующее профильное педагогическое образование, занимающийся самообразованием и способный привлечь к занятиям детей (занятия проводит педагог дополнительного образования Грачев Алексей Олегович).

**Информационное обеспечение:** дидактические и учебные материалы, DVD-записи спортивных игр и соревнований с участием ведущих команд мирового футбола, методические разработки в области футбола.

### **Материально техническое обеспечение**

- спортивный зал, спортивная площадка с футбольным оборудованием:

- Футбольные ворота - 2 шт;
- футбольные мячи - 10 шт;
- стойки футбольные - 10 шт;
- медицин-болл 1 кг. - 3 шт; 3 кг – 3 шт;
- скакалки - 20 шт;
- мяч волейбольный - 2 шт
- фишки переносные - 20 шт.
- накидки - 20 шт

### **Методические материалы**

Основная форма обучения – проведение комбинированных и практических занятий в течение учебного года. По форме занятия самые разнообразные: учебно- тренировочные занятия, соревнования, товарищеские игры, сдача контрольных нормативов. Совокупность творческих методов обучения имеет не только образовательный и развивающий потенциал, а также выполняет функцию воспитания. Обучающиеся приобретают знания, накапливают умения и навыки игры в мини-футбол, показывают результаты тренировочной работы в соревнованиях и при сдаче контрольных нормативов, что способствует развитию самоконтроля, мотивации и социализации.

Методическая последовательность при обучении игре в мини-футбол представлена следующим образом:

1. Перемещение по площадке.
2. Удары по воротам.
3. Обводка игрока, финты.
4. Нападающий удар, пас.
5. Групповой отбор.
6. Разновидность паса.
7. Специальные элементы и обманные действия.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо

строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1,5-2 часа в неделю.

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия-семинары по судейству, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям баскетболом рекомендуется применять различные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом для показа упражнений, наглядных пособий.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах. Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: Индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

### Список литературы

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, 2015. Раздел 1. 1-4 классы. *Часть 1*. п.1.4.2. Спортивные игры. Программный материал по спортивным играм (1-4Э, классы) *Часть III*. Внеклассная работа. Спортивные секции. (Авторы программы: доктор педагогических наук В. И. Лях и кандидат педагогических наук А. А. Зданевич).
2. Г. И. Погодаев, Настольная книга для учителей физической культуры. – М.: ФиС, 2007
3. Антипов А., Губов В. Диагностика и тренировка двигательных способностей. – Москва. 2014
4. Голомазов С. В., Чирва П. Г. Теория и практика футбола. – М. 2008 г.
5. Голомазов С. В., Чирва П. Г. Методика тренировки техники игры головой. – Москва, 2006.
6. Григорьев Д. В., Степанов П. В. Внеурочная деятельность школьников. – М., 2010.
7. Григорьев Д. В., Степанов П. В. Программы внеурочной деятельности. Познавательная деятельность. Проблемно-ценностное общение. – М., 2011.

8. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол» , / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. – М.: Просвещение, 2014 г.
9. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности и пребывания учащихся в образовательных учреждениях во второй половине дня / Сост. В.И. Никулина, Н.В. Екимова. – Белгород, 2010.