

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1 имени Г. С. Фатеева»

Принята на заседании
педагогического совета
от «28» августа 2024 г.
Протокол №1

Утверждаю
и.о. директора МКОУ СОШ №1
Е. С. Борисова
Приказ №69
от «28» августа 2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Уровень программы: базовый
Вид программы: модифицированная
Возрастная категория: 11-13 лет
Состав группы: 20-25 человек
Срок реализации: 1 год
ID-номер программы в Навигаторе: 3226

Автор – разработчик:
Дмитриев Сергей Михайлович
учитель физической культуры,
педагог дополнительного образования

ОГЛАВЛЕНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи	5
1.3	Учебный план	6
1.4	Содержание программы	6
1.5	Планируемые результаты	9
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1	Календарный учебный график	12
2.2	Условия реализации программы	12
2.3	Методика отслеживания результатов. Виды контроля	13
2.4	Критерии оценки знаний, умений и навыков обучающихся	13
2.5	Методическое обеспечение программы	15
	Список литературы	15
	Электронные образовательные ресурсы	16
	Приложение 1. Календарный учебный график	17
	Приложение 2. Оценочные материалы	22
	Приложение 3. План воспитательной работы	24

Пояснительная записка

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «Футбол» имеет *физкультурно-спортивную направленность* с общекультурным уровнем освоения.

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – неперенный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

Актуальность программы

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

В формировании логического и системного мышления занятие «Футбол» способно сыграть существенную роль. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение футбольного матча, позволяет отнести футбол не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа помимо узко - специальных задач учитывает именно эти возможности обучения игре футбол.

Отличительные особенности программы, её новизна.

Основным преимуществом внеурочной деятельности является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностно-ориентированный и компетентностный подход. Именно на это и направлена программа «Футбол». Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой педагогической целесообразности работы по программе «Футбол». Физическое воспитание в системе дополнительного образования предполагает разнообразные формы педагогической работы с учащимися, способствует решению разных задач. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие. Формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

Программа разработана в соответствии с государственными нормативными правовыми актами в области дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями);

2. Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями);

3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по её реализации».

4. Постановление Правительства РФ от 18.09.2020 г. № 1490 «О лицензировании образовательной деятельности»;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

6. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

7. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития систем дополнительного образования детей»;

8. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

9. Приказ Министерства образования Ставропольского края от 16.02.2023 №253-пр «Об утверждении Типовой модели».

Адресат программы. К тренировочному процессу допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности.

Учениками программы являются обучающиеся 5-7 классов.

Объем и срок реализации программы. Срок освоения программы 1 год. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 90 минут. Недельная нагрузка – 3 часа.

Формы и методы работы

Форма обучения – очная.

Программа предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы.

1.2. Цель и задачи

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

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстроменяющейся обстановке;
- дать представление о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта;
- обучить формированию индивидуального двигательного режима.

Развивающие:

- формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений) и кондиционные (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способности;
- формировать индивидуальный двигательный режим учащихся;
- развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;
- формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

Воспитательные:

- способствовать воспитанию физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся;
- способствовать воспитанию моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

1.3 Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	История возникновения футбола	1,5	1,5	-	Опрос
2.	Правила безопасности во время занятий иных футболистов	1,5	1,5	-	Беседа
3.	Правила игры в футбол (основные понятия)	1,5	1,5	-	Опрос
4.	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю	1,5	1,5	-	Беседа
5.	Техническая подготовка	24	3	21	Сдача нормативов
6.	Тактическая подготовка	24	3	21	Сдача нормативов
7.	Физическая подготовка	21	3	18	Сдача нормативов
8.	Подвижные игры и эстафеты	9	1	8	Соревнования
9.	Игра в футбол малыми составами	9	1	8	Соревнования
10.	Соревнования. Контрольные испытания	9	1	8	Соревнования Сдача нормативов
Итого:		102	18	84	

1.4 Содержание программы

Тема 1. История футбола.

Теория. История зарождения футбола. История чемпионатов мира и Европы. Современный футбол.

Тема 2. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

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

Тема 3. Правила игры в футбол.

Теория: Правила игры в футболе. Жесты судей.

Тема 4: Санитарно-гигиенические требования.

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

Тема 5. Техническая подготовка:

Теория: Передвижения и остановки, удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка, отбор мяча, вбрасывание мяча, игра вратаря,

выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

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

Тема 6. Тактическая подготовка.

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

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

Тема 7. Общая физическая подготовка

Теория: Развитие силовых способностей, развитие скоростных - силовых способностей, развитие координационных способностей, развитие выносливости, развитие гибкости, развитие скоростных способностей, подвижные игры.

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

положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу. Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов. Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижные игры.

Тема 8. Подвижные игры. Эстафеты.

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

Тема 9. Игра в футбол малыми составами.

Практика: Игры 2х2, 3х3, 5х5, 6х6.

Тема 10. Соревнования. Контрольные испытания.

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

1.5 Планируемые результаты освоения обучающимися программы К концу года обучения учащиеся должны:

Предметные:

- учащиеся познакомятся с историей возникновения игры футбол;
- учащиеся познакомятся с историей и развитием физической культуры и спорта;
- учащиеся познакомятся с правилами игры в футбол;
- учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.

учащиеся получают возможность научиться:

- применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстроменяющейся обстановке;
- применять во время игры в футбол все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча);
- применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;
- организовывать и судить школьные соревнования.

Метапредметные результаты:

учебно-интеллектуальные:

учащиеся научатся:

- выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;
- использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития.

учащиеся получают возможность научиться:

- определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;
- осуществлять констатирующий и прогнозирующий контроль по результату и по способу действия;
- выделять и формулировать то, что усвоено и что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения.

учебно-коммуникативные

учащиеся научатся:

- организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;
- работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр.

учащиеся получают возможность научиться:

- координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

учебно-организационные

учащиеся научатся:

- работать с информацией;
- применять правила и пользоваться инструкциями;
- использовать знаки, символы, схемы.

учащиеся получают возможность научиться:

- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и выводы.

Личностные

У учащихся будут сформированы:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- способности к эмоциональному восприятию физических объектов, задач, решений, рассуждений.

у учащихся могут быть сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;
- критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания.

Распределение часов на разделы и темы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения и комплексы упражнений различных разделов и тем в одном занятии.

Программа подготовки предусматривает этапы:

- начальной подготовки
- учебно-тренировочный

Организация и проведение тренировочного процесса на этапе начальной подготовки предполагает систематический учет динамики возрастного и индивидуального развития учащихся.

На начальном этапе подготовки игроков в лапту решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья;
- всестороннее физическое развитие;
- привитие интереса к занятиям футболом;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе комплексных упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр;
- обучение основам техники и тактики;
- привитие навыков участия в игровом процессе и соревновательной деятельности;
- отбор способных детей в учебно-тренировочные группы.

На этапе начального обучения занятия должны быть направлены в основном, на развитие общей физической подготовленности с широким использованием разнообразных и доступных средств с целью выявления задатков учащихся.

На следующих годах обучения происходит:

- совершенствование навыков двигательных действий и в их вариативном использовании в учебных занятиях;
- расширение двигательного опыта учащихся посредством движений различной координационной сложности;
- расширение границ двигательной активности учащихся за счет развития их физических способностей;
- активизация и совершенствование основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти и наглядно-действенного мышления.

Наиболее важными обучения в учебно-тренировочных группах являются упражнения общего воздействия, направленные на разностороннюю подготовку, на укрепление опорно-двигательного аппарата и воспитание скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, гибкости и общей (аэробной) выносливости.

Ожидаемые результаты обучения по программе

После обучения по программе у учащихся будут:

- сформированы умения выполнения новых видов двигательных видов деятельности в футболе, умения применять их в быстроменяющейся обстановке;
- знания о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- знания об истории и развитии физической культуры и спорта;
- сформированы умения использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;

- сформированы умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования;
- развиты координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений и кондиционные (скоростно-силовые, скоростные, выносливость, сила и гибкость) способности;
- сформирован индивидуальный двигательный режим;
- сформированы навыки самоконтроля и самоорганизации;
- сформированы нравственные качества: упорство и настойчивость, стремление к достижению цели, взаимопомощь и взаимовыручка, умение выходить из конфликтных ситуаций во время игры.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Регламент образовательного процесса

Продолжительность учебного года	Режим работы
Начало учебного года: 2 сентября	Режим работы: по расписанию
Окончание учебного года: 28 мая	Продолжительность занятий: 90 минут
Регламентирование образовательного процесса: 34 недели	Продолжительность перемены: 10 минут

Календарный учебный график группы (с указанием тем занятий, их количеством) уточняются ежегодно и являются приложением к программе (см. Приложение 1).

2.2 Условия реализации программы

1) Материально-техническое обеспечение

- 1) оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 x15 м;
- 2) ворота футбольные;
- 3) футбольные мячи;
- 4) насос ручной, иглы;
- 5) держатель для мяча;
- 6) гимнастические скамейки;
- 7) маты гимнастические;
- 8) стенка гимнастическая;
- 9) мячи набивные весом 3 кг и 5 кг;
- 10) скакалки;
- 11) свисток;

12) секундомер – 1 шт.;

13) кабинет с проектором и экраном с выходом в сеть Интернет.

2) Психолого-педагогическое сопровождение

Целью психолого-педагогического сопровождения является создание условий для развития личностного роста, обучения и развития обучающихся. Методами психолого-педагогического сопровождения детей является диагностика, анкетирование, наблюдение, индивидуальные консультации, беседы.

3) Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет учитель физической культуры, имеющий высшее педагогическое образование. Соответствует занимаемой должности, постоянно повышает уровень профессионального мастерства.

2.3 Методика отслеживания результатов

Виды контроля

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

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

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

Для оценки обучающихся используется бальная система.

2.4 Критерии оценки знаний, умений и навыков

1. Оборудование и инвентарь

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

3. 3 очка - учащийся твердо знает названия оборудования и инвентаря.

2. Правила игры в футбол

1. 1 очко - учащийся слабо знает правила футбола.

2. 2 очка - учащийся достаточно знает правила футбола.

3. 3 очка - учащийся твердо знает правила футбола.

3. Нормативы

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

Оценка нормативов зависит от возраста ребенка.

4. Тактика

Игра 3:3, игра 4:4

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.

2. 2 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, не активно применяет их при игре.

3. 3 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, активно применяет их при игре.

5. Техника

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

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.

2. 2 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, не активно применяет их при игре.

3. 3 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, активно применяет их при игре.

Общая оценка:

Высокий уровень - не менее 15 очков.

Средний уровень - не менее 10 очков.

Низкий уровень - не менее 5 очков.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

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

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

Способы фиксации результата:

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),

2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.

3. Дневники достижений.

2.5 Методическое обеспечение программы

Методическое обеспечение реализации дополнительной образовательной программы. № п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Теоретическая подготовка	Традиционная, беседы, просмотр телепередач, тестирование, зачеты, беседы с родителями, общие собрания учащихся и родителей, творческие встречи.	Диалог, анализ выступлений, показ, решение проблемных ситуаций. Словесный, наглядный, практический (судейство), индивидуальный.	Использование специальной литературы, наглядных пособий по темам. Спортивный зал или кабинет с мультимедийной техникой	Опрос учащихся, судейство соревнований.
2.	Практическая подготовка	Комбинированное занятие, игра, праздник, зачет, эстафета, соревнование, релетиция.	Игры, упражнения, репродуктивный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, в парах.	Таблица оценки тестовых испытаний детей. Схемы, иллюстрации. Оборудованный спортивный зал или футбольное поле размером не менее 30 x15 м. Свисток – 1 шт. Секундомер – 1 шт. Футбольный мяч – 8 шт.	Зачет, открытое занятие для родителей, самоанализ, сдача контрольно-переводных нормативов, соревнов

Список используемой литературы

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978.
3. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
4. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
5. Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979.
6. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

Список используемой литературы для обучающихся

1. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
2. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
3. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.
4. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978.
5. Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1881.

6. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974.
7. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
8. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.
9. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006 г.

Интернет ресурсы

- 1 Мини футбол в школе. Правила игры по мини футболу. [Электронный ресурс]: [сайт]. fizkultura-na5.ru Мини футбол в школе
- 2 Общероссийский проект "Мини-футбол в школу..." [Электронный ресурс]: [сайт]. bmsi.ru
- 3 Упражнение для начинающих футболистов [Электронный ресурс]: [сайт]. dokaball.ru

Приложение 1

Учебный график на 2024-2025 учебный год 1 год обучения на 102 часа. Занятия планируются 2 раза в неделю по 1,5 часа

№	Месяц	Дата	Название тем и разделов	Кол-во часов всего	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1			История возникновения футбола.	1,5	Теория	МКОУ СОШ№1	Беседа
2			Правила безопасности во время занятий иных видов спорта	1,5	Теория	МКОУ СОШ№1	Беседа
3			Правила игры в футбол (основные понятия).	1,5	Теория	МКОУ СОШ№1	Беседа
4			Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю.	1,5	Теория	МКОУ СОШ№1	Беседа
5			Общая физическая подготовка. Развитие физических качеств – быстрота. Эстафеты с мячами.	3	Теория	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
6			Технико-тактическая подготовка. Техника ведения мяча. «Ведение в коридорах». Подвижные игры с мячами.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
7			Общая и специальная физическая подготовка. Развитие физических качеств – ловкость, координация. Подвижная игра «Охотники и утки».	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
8			Технико-тактическая подготовка. Ведение мяча. Игры на ведение. Обводка финиша.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
9			Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры. Развитие координационных способностей.	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль

10			Общая и специальная физическая подготовка. Эстафеты с мячами. Развитие быстроты. Подвижная игра «День и ночь».	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Контрольные испытания
11			Технико-тактическая подготовка. Ведение мяча. Обводка фишек – «Змейка».	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
12			Общая и специальная физическая подготовка. Комплекс обще-развивающих упражнений (ОРУ). Эстафеты в командах.	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
13			Общая и специальная физическая подготовка. Комплекс специально - беговых упражнений (СБУ). Эстафеты в командах.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Контрольные испытания
14			Технико-тактическая подготовка. Техника ведения мяча. «Ведение в коридорах». Подвижные игры с мячами.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
15			Общая и специальная физическая подготовка. Развитие физических качеств – ловкость. Подвижная игра «Охотники и утки».	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
16			Общая и специальная физическая подготовка. Подвижные игры с мячом – развитие координационных способностей. Подвижная игра «Колдун».	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Контрольные испытания
17			Общая и специальная физическая подготовка. Физическая подготовка. Развитие скоростных качеств. Бег на короткие дистанции с мячом и без мяча.	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Контрольные испытания
18			Технико-тактическая подготовка. Ведение мяча «Слалом». Подвижные игры на ведение мяча.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
19			Ведение мяча. Передачи мяча внутренней и внешней стороной стопы в парах. Корверы.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
20			Общая и специальная физическая подготовка. СБУ.	1,5	Комбинированное	МКОУ	Педагогический контроль

					ное	СОШ№1	контроль
21			Развитие физических качеств. Эстафеты с мячами. Технико-тактическая подготовка. Передачи мяча в парах внутренней стороной стопы. Игра «Попади в цель».	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
22			Технико-тактическая подготовка. Ведение, передачи мяча. Подвижная игра с мячом «Охотники и лисы».	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
23			Учебные и тренировочные игры. Участие в товарищеской игре. Теория.	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Протоколы соревнований
24			Общая и специальная физическая подготовка. Развитие координационных способностей. Подвижная игра «Волк во рву».	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
25			Технико-тактическая подготовка. Передачи мяча. Совершенствование ведения мяча внешней стороной стопы.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
26			Технико-тактическая подготовка. Передачи мяча. Игра «Квадрат 4*1». Корверы.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
27			Технико-тактическая подготовка. Передачи мяча внутренней и внешней стороной стопы. Сочетание технических элементов (ведение и передачи мяча).	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
28			Технико-тактическая подготовка. Игры на ведение мяча «Рыбки и акулы». Корверы.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
29			Технико-тактическая подготовка. Ведение. Передачи. Удары. Сочетание технических элементов.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
30			Общая и специальная физическая подготовка. Развитие физических качеств. Упражнения на выносливость с мячом.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Контрольные испытания
31			Технико-тактическая подготовка. Передачи мяча. Удары по мячу серединой подъема. Тактика распределения по позициям на футбольном поле.	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
32			Общая и специальная физическая подготовка.	1,5	Комбинированное	МКОУ	Контрольные

					ное	СОШ№1	испытания
33			Физическая подготовка. Развитие координационных способностей. Подвижная игра «Цепочка».	Участие в учебных и тренировочных играх. Участие в соревнованиях.	3	МКОУ СОШ№1	Протоколы соревнований
34			Технико-тактическая подготовка. Ведение мяча. Игра «Полицейские и воры».	Ведение мяча.	1,5	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
35			Технико-тактическая подготовка. Передачи мяча. Удары средней подъемом с места.	Передачи. Удары средней подъемом с места.	1,5	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
36			Технико-тактическая подготовка. Ведение. Передачи. Удары. Сочетание технических элементов.	Ведение. Передачи. Удары. Сочетание технических элементов.	1,5	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
37			Технико-тактическая подготовка. Ведение. Передачи. Удары. Сочетание технических элементов. Линия защиты.	Ведение. Передачи. Удары. Сочетание технических элементов. Линия защиты.	3	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
38			Технико-тактическая подготовка. Ведение. Передачи. Удары. Сочетание технических элементов. Линия атаки.	Ведение. Передачи. Удары. Сочетание технических элементов. Линия атаки.	1,5	МКОУ СОШ№1	Контрольные испытания
39			Учебные и тренировочные игры. Участие в товарищеской игре.	Участие в учебных и тренировочных играх. Участие в товарищеской игре.	1,5	МКОУ СОШ№1	Протоколы соревнований
40			Общая и специальная физическая подготовка. Развитие физических качеств – выносливость. Бег на длинные дистанции. Эстафеты с мячом.	Общая и специальная физическая подготовка. Развитие физических качеств – выносливость. Бег на длинные дистанции. Эстафеты с мячом.	3	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
41			Технико-тактическая подготовка. Эстафеты с мячом. Ведение и передачи мяча.	Эстафеты с мячом. Ведение и передачи мяча.	1,5	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
42			Технико-тактическая подготовка. Отбор мяча. Игра 1 на 1 Выход 1 на 1 Удары с места.	Отбор мяча. Игра 1 на 1 Выход 1 на 1 Удары с места.	1,5	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
43			Технико-тактическая подготовка. Малые игры 2 на 2, 3 на 3 Открывание под партнера.	Малые игры 2 на 2, 3 на 3 Открывание под партнера.	1,5	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
44			Технико-тактическая подготовка. Ложные движения. Отбор мяча. Линия атаки. Линия обороны.	Ложные движения. Отбор мяча. Линия атаки. Линия обороны.	1,5	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль

45				Технико-тактическая подготовка. Сочетание технических элементов. Игра 4 на 4 Мини-футбол.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
46				Общая и специальная физическая подготовка. Развитие физических качеств – скоростная выносливость. Челночный бег. Эстафеты с мячом.	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Контрольные испытания
47				Технико-тактическая подготовка. Удары по воротам после ведения. Основы игры на стандартном футбольном поле.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
48				Технико-тактическая подготовка. Квадрат 5 на 2, 4 на 1 Игра 3 на 3 с нейтральным. Численные преимущества.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
49				Учебные и тренировочные игры. Участие в товарищеской игре.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Протоколы соревнований
50				Технико-тактическая подготовка. Малые игры 2 на 2, 3 на 3 Открывание под партнера.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
51				Технико-тактическая подготовка. Обводка фишек (нолик, восьмерка). Передачи мяча. Удары в движении.	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Педагогический контроль
52				Участие в соревнованиях	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Протоколы соревнований
53				Участие в соревнованиях	1,5	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Протоколы соревнований
54				Подведение итогов за учебный год. Контрольные нормативы. Перспективы развития на следующий учебный год. Домашнее задание.	3	Комбинированное	МКОУ СОШ№1	Итоговый контроль
				Итого	102			

Приложение 2

Оценочные материалы Контрольные нормативы

Нормативы	Возраст (лет)					
	9	10	11	12	13	14
Общая физическая подготовка						
Бег 30 м (сек)	5,6	5,3	5,1	4,9	4,7	4,6
Бег 300 м (сек)		60,0	59,0	57,0		
Бег 400 м (сек)					67,0	65,0
6-минутный бег				1400	1500	
12-минутный бег						3000
Прыжок в длину с места (см) 150	155	160	170	180	200	220
Тройной прыжок в длину с места (см)		450	460	520	560	600
Пятикратный прыжок (м)						
Специальная физическая подготовка						
Бег 30 м с ведением мяча (сек)	7,0	6,4	6,2	6,0	5,8	5,4
Удар по мячу на дальность - сумма ударов правой и левой ногой				45	55	65
Бег 5x30 с ведением мяча					30,0	28,0
Техническая подготовка (для полевых игроков)						
Удар по мячу ног. на точн. (число попаданий)		6	7	8	6	7
Вед. мяча, обвод. стоек и удар по ворот.					10,0	9,5
Жонглирование мячом (кол- во раз)		8	10	12		

Нормативы считаются выполненными при улучшении показателей.

Условия выполнения контрольных испытаний

Для полевых игроков и вратарей.

По общей физической подготовке.

- 1 Бег 100 м.
- 2 Бег 400 м.
- 3 6-минутный бег
- 4 12-минутный бег
- 5 Бег 10x30 м.
- 6 Прыжок в длину с места
- 7 Тройной прыжок с места
- 8 Пятикратный прыжок с места

Упражнения выполняются по правилам соревнований по легкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта. Время между попытками в тесте «бег 10х30» составляет 25 сек. Учитывается среднее время 10 попыток.

Для полевых игроков.

По специальной физической подготовке

1 Бег 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной чертой.

Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша.

2 Бег 5х30 м. с ведением мяча выполняется также, как и бег на 30 м. с ведением мяча. Все старты с места. Время для возвращения на старт – 25 сек. В случае нарушения правил прохождения отрезка, футболист возвращается на старт (за счет 25 сек.) и упражнение повторяется.

3 Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по 8 коридору шириной 10 м. Для удара каждой ногой даются три попытки.

Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

4 Вбрасывание мяча на дальность выполняется в соответствии с правилами игры в футбол по коридору шириной 2 м. Мяч, упавший за пределами коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

По технической подготовке.

5 Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м. (подростки 10-12 лет – с расстояния 11 м.).

Футболисты 10 – 15 лет посылают мяч в заданную треть ворот, разделенных по вертикали.

Юноши 16 – 18 посылают мяч в половину ворот, он должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе, чем в 10 м. за воротами. Выполняются по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попаданий.

6 Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняется с линии старта (30 м. от штрафной площади), вести мяч 20 м., далее обвести змейкой 4 стойки (первая стойка ставится в 10 м. от штрафной площади, а через каждые 2 м. ставятся еще три стойки), и, не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не забит в ворота, упражнение не засчитывается. Даются три попытки, учитывается лучший результат.

7 Жонглирование мячом - выполняются удары правой и левой ногой (серединной, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой.

Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

Для вратарей

1 Доставание подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке – выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой. Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой вытянутой руки (кисть сжата в кулак). На каждую высоту дается три попытки. Учитывается лучший результат.

2 Удар по мячу ногой с рук на дальность (разбег не более четырех шагов) -выполняется с разбега, не выходя за пределы штрафной площади, по коридору шириной 10 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается лучший результат.

Приложение 3

Воспитательная работа

Месяц	Название мероприятия
Сентябрь	Общее родительское собрание с обучающимися коллектива. Рассмотрение и утверждение перспективного плана. Анкетирование родителей начинающей группы.
Октябрь	Техника безопасности на занятиях. Беседы о дружбе, взаимопонимании и взаимопомощи. Тема: «Коллектив и я!» (отношения детей друг к другу, совместное творчество).
Ноябрь	Участие в праздничном мероприятии ко Дню Матери
Декабрь	Развлекательное мероприятие для обучающихся к Новому году (игры, конкурсы, чаепитие).
Январь	Посещение новогоднего представления «Новогоднее приключение 2022»
Февраль	Участие в праздничном мероприятии, посвященном Дню Защитника Отечества
Март	Участие в праздничном мероприятии ко дню 8 Марта. Подготовка и участие коллектива в конкурсе по спортивным танцам.
Апрель	Подготовка к сдаче итоговых нормативов.
Май	Участие в мероприятиях, посвященных годовщине Победы в ВОВ. Открытое занятие для родителей.

