

ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 51
Петроградского района

Санкт-Петербурга

Подпись директора

28.08.2025 14:58

директор

Березяк Элина Арвовна

7813124534-5-1775569242-20260407-96-2-1640-42

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа № 51 Петроградского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

на заседании Педагогического совета

ГБОУ СОШ № 51 Петроградского района СПб

Протокол № _____ 1 _____ от 28 августа 2025г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ от 28 августа 2025г. № 190

Директор ГБОУ СОШ № 51

Петроградского района СПб

_____ Э.А. Березяк

**Дополнительная общеразвивающая программа
«ФУТБОЛ (средняя школа)»**

Срок освоения: 2 года

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Разработчик:

Сергеев Павел Игоревич,

педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Адресат программы

Данная дополнительная общеразвивающая программа предназначена для обучения всех желающих в возрасте от 11 до 13 лет. Программа рассчитана на подростков, имеющих начальную спортивную подготовку, а также на впервые приступивших к занятиям, но с соответствующими программе психофизиологическими данными. В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность программы

Интерес к футболу с каждым годом растет не только среди мальчиков, но и среди девочек, поэтому, по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. Систематические занятия футболом школьников оказывают на организм всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Футбол рассматривается, не только как средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны этой игры, но и средство повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе учебных занятий по общеобразовательным дисциплинам. Футбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность, чувство ответственности.

Футбол – игра самая популярная и доступная, которая позволяет мальчикам и девочкам постигать азбуку коллективизма и товарищества, проявления воли и терпения, смелости и эмоциональной радости, способствует улучшению успеваемости, отвлекает от пустого времяпровождения и тяги к вредным привычкам.

Футбол – одна из самых популярных спортивных игр в мире. Это такой демократический вид спорта, который не требует особой материальной базы, дорогостоящего оборудования и спортивной формы. Сегодня, когда здоровье подрастающего поколения вызывает особую тревогу в обществе и это, прежде всего, связано с малой двигательной активностью учащихся, когда с катастрофической быстротой молодеет пристрастие к вредным и губящим молодой организм привычкам, что приводит к необратимым процессам деградации личности, вовлечение учащихся в регулярные занятия спортом является необходимым и значимым.

Уровень освоения программы – базовый

Объем и срок освоения

Программа рассчитана на 288 часов, 2 года обучения.

Режим занятий:

1-й год обучения: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа;

2-й год обучения: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа.

Цель программы – разностороннее физическое развитие учащихся и укрепление их здоровья по средствам игры в футбол.

Задачи:

Обучающие:

- освоение и совершенствование жизненно важные двигательные навыки;
- обучение основным техническим приемам и тактическим действиям игры в футбол;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- знакомство с основными средствами ОФП;
- обучение основам судейской и инструкторской практики;
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу.

Развивающие:

- сохранение и укрепление здоровья, развитие физических качеств детей;

- развитие таких качеств личности, как воля, смелость, настойчивость, дисциплинированность, трудолюбие, доброжелательность;
- привитие интереса к систематическим занятиям спортом;
- развитие умственных способностей учащихся, а также таких двигательных (физических) качеств, как быстрота, сила и выносливость.

Воспитательные:

- воспитание привычку к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом;
- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- воспитание чувства коллективизма и взаимовыручки.

Воспитательные задачи ДОП

Федеральный проект «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование», проект Концепции развития дополнительного образования до 2030 года предусматривают включение в содержание дополнительных общеобразовательных программ всех направленностей воспитательного компонента, направленного на формирование у детей и молодежи общероссийской гражданской идентичности, патриотизма, гражданской ответственности, чувства гордости за историю России, воспитание культуры межнационального общения. Воспитательный компонент данной программы основывается на реализации целей и задач:

- Программы воспитания ГБОУ СОШ №51 Петроградского района;
- Программы развития ГБОУ СОШ №51 Петроградского района;
- воспитательной миссии, традициях ГБОУ СОШ №51 Петроградского района;
- ДОП «ФУТБОЛ (средняя школа)»
- совместных с социальными партнерами проектов (музейные, творческие, социокультурные проекты и т.д.)

Воспитательный компонент ДОП реализуется через учебное занятие, которое является основой всего образовательного процесса в школе. На занятиях второй половины дня происходит всестороннее творческое развитие личности ребенка, его социализация, формирование высоких моральных качеств и позитивного отношения к общественным ценностям, качеств гражданина и патриота своей страны, приобретение опыта социально-значимых дел.

Воспитательная работа по данной программе предполагает следующее:

- демонстрация детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;
- подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения на занятиях;
- применение интерактивных форм работы, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога, командной работы и взаимодействия с другими детьми;
- включение в занятие игровых технологий, которые помогают поддерживать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в объединении, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время занятия;
- включение проектных технологий, позволяющих учащимся приобрести навык генерирования и оформления собственных идей, навык самостоятельного решения проблемы, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения и т.д.;
- включение в образовательный процесс технологий самодиагностики, рефлексии, позволяющих ребенку освоить навык выражения личностного отношения к различным явлениям и событиям.

Воспитательный эффект ДОП достигается через:

- актуализацию воспитательных практик (мероприятий, дел, игр и пр.) в процессе реализации ДОП;

- организацию игровых учебных пространств;
- обновление содержания совместной творческой деятельности педагога и учащихся,
- разработку современного образовательного и воспитательного контента;
- содействие в становлении детско-взрослых научных сообществ;
- проектирование дискуссионных образовательных пространств;
- проектирование игровых образовательных пространств;
- организацию и педагогическую поддержку социально-значимой деятельности и социальных проб учащихся;
- формирование и развитие сетевых (наука, бизнес, образование и т.д.) образовательных детско-взрослых сообществ;
- организацию и педагогическую поддержку просветительской, исследовательской, поисковой, практико-ориентированной, рефлексивной деятельности учащихся, направленной на освоение социальных знаний, формирование позитивного отношения к общественным ценностям, приобретения опыта социально-значимых дел.

Данной программой предусмотрена организация и проведение мероприятий согласно плану воспитательной работы ПДО с учащимися, проходящими обучение по данной программе, участие в мероприятиях школы.

Планируемые результаты

Личностные:

Будут развиты:

- умственные способности, а также такие двигательные (физические) качества, как быстрота, сила и выносливость;
- такие качества личности, как воля, смелость, настойчивость, дисциплинированность, трудолюбие, доброжелательность;
- положительная мотивация к систематическим занятиям спортом;
- потребность в здоровом образе жизни.

Метапредметные:

Будут сформированы:

- умения адекватно вести себя в различных социальных ситуациях;
- умения анализировать проделанную работу, планировать и организовывать дальнейшую деятельность;
- основы самостоятельной деятельности эффективными способами организации свободного времени;
- слушать и слышать педагога и учащихся в объединении.

Предметные:

По окончании обучения обучающиеся будут:

Знать:

- правила игры в футбол;
- основные технические приемы и тактические действия игры в футбол;
- основные средства ОФП;
- правила проведения соревнований;
- основы судейской и инструкторской практики.

Уметь:

- играть в футбол по правилам игры;
- ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками.

Овладеют:

- основными приемами техники и тактики игры;
- навыками судейства.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации – русский

Форма обучения – очная

Условия набора и формирования групп

Условия набора

Набор в группы по данной программе осуществляется при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям этим видом спорта и физическим нагрузкам в целом. Программа рассчитана на детей, как имеющих опыт двигательной деятельности, так и на тех, кто впервые приступает к занятиям.

Набор в группы 1-го года обучения осуществляется по желанию, после предоставления медицинских справок, просмотра физических данных и собеседования.

Условия формирования групп

В группы набираются одновозрастные учащиеся. При наличии вакантных мест возможно зачисление ребенка в уже сформированную группу после окончания набора.

Допускается дополнительный набор детей на второй и последующий года обучения (по результатам просмотра, предоставления медицинского допуска и проверки требуемых умений и навыков).

Количество учащихся в группе:

1-го года обучения – не менее 15 человек,

2-го года обучения – не менее 12 человек.

Формы организации и проведения занятий

Занятия могут проводиться по группам или всем составом.

Формы проведения занятий:

Общеразвивающие:

- беседа
- творческая встреча
- просмотр видеоматериала
- экскурсия

Обучающие:

- традиционное учебное занятие
- мастер-класс
- тренировка
- игра
- выполнение практических заданий

Отчетные:

- открытое занятие
- соревнование
- тестирование
- учебная игра

Формы организации деятельности детей на занятии

- **фронтальная:** работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение);
- **групповая:** организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в партиях, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- **индивидуальная:** организуется для работы с одаренными детьми, а также для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Материально – техническое оснащение программы

Для реализации программы необходимы:

- спортивный зал, спортивная площадка;
- спортивный инвентарь и оборудование:
 - футбольные ворота,
 - футбольные мячи,
 - стойки футбольные,

- скакалки,
- мяч волейбольный,
- мячи мини-футбольные,
- жгуты,
- эспандеры,
- фишки переносные,
- секундомер,
- свисток,
- накидки, манишки.

Кадровое обеспечение - программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
к дополнительной общеразвивающей программе
«Футбол»
1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля	
		всего	теория	практика		
1.	1	Вводное занятие	2	1	1	Беседа, выполнение практических заданий, наблюдение
2.	2	Общая и специальная физическая подготовка (ОСФП)	40	4	36	выполнение практических заданий, нормативов
3.	3	Техническая и тактическая подготовка	40	4	36	Тестирование, выполнение практических заданий
4.	4	Игровая подготовка	40	2	38	Игра, эстафета
5.	5	Контрольные испытания	8	2	6	Выполнение нормативов
6.	6	Соревнования	12	1	11	Анализ участия в соревнованиях
7.	7	Итоговое занятие	2	1	1	Опрос, игра, наблюдение
ИТОГО:			144	13	131	

2 год обучения

1.		Количество часов			Формы контроля	
		Всего	Теория	Практика		
2.	1	Вводное занятие	2	1	1	Беседа, выполнение практических заданий
3.	2	Общая и специальная физическая подготовка (ОСФП)	36	4	32	Выполнение практических заданий, нормативов
4.	3	Техническая и тактическая подготовка	32	4	28	Тестирование, выполнение практических заданий
5.	4	Игровая подготовка	40	4	36	Игра, эстафета
6.	5	Контрольные испытания	14	1	13	Выполнение нормативов
7.	6	Соревнования	18	1	17	Анализ участия в соревнованиях
8.	7	Итоговое занятие	2	0	2	Опрос, игра, наблюдение
ИТОГО:			144	15	129	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
к дополнительной общеразвивающей программе
«Футбол»

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	10-15 сентября (по мере комплектования группы)	31 мая	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа
2 год	01 сентября	31 мая	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
1 года обучения
к дополнительной общеразвивающей программе
«Футбол»

Задачи 1 года обучения

Обучающие:

- освоение и совершенствование двигательных навыков;
- обучение основным техническим приемам и тактическим действиям игры в футбол;

- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- знакомство с основными средствами ОФП.

Развивающие:

- сохранение и укрепление здоровья, развитие физических качеств детей;
- привитие интереса к систематическим занятиям спортом.

Воспитательные:

- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- воспитание чувства коллективизма и взаимовыручки.

Содержание программы 1 года обучения

1. Вводное занятие

Теория. Инструктаж по ТБ. Цели и задачи 1 года обучения. Входной контроль. Сведения об истории футбола. Значение занятий спортом в жизни человека

Практика. Подвижные игры. Входная диагностика. Наблюдение.

2. Общая и специальная физическая подготовка (ОСФП)

Теория. Правила разминки. Общеразвивающие упражнения.

Практика. Гимнастические упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами.

Упражнения для укрепления мышц тела. Эстафеты. Гимнастические упражнения со скакалкой. Ходьба, бег. Подвижные игры. Эстафеты.

3. Техническая и тактическая подготовка.

Теория. Правила игры, Основные техники. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема. Удар по неподвижному мячу срединной или внешней частью подъема с разбега.

Остановка катящегося или летящего навстречу мяча, стоя на месте, внутренней стороной стопы, серединой подъема или подошвой. Обманные движения (финты).

Практика. Упражнения:

- по элементарному владению мячом, по защите мяча;
- по изменению направления мяча;
- по обыгрыванию соперника один на один;
- для отработки техники удара по мячу, передаче и приему мяча;

Малые игры (игры в малых группах).

4. Игровая подготовка

Теория. Правила игры.

Практика. Учебные игры. Закрепление технических и тактических навыков. Спортивные игры. Эстафеты.

5. Контрольные испытания

Теория. Требования при выполнении упражнений.

Практика. Упражнения – тесты.

6. Соревнования

Теория. Правила игры.

Практика. Внутригрупповые контрольные игры по футболу.

7. Итоговое занятие

Практика. Подведение итогов 1-го года обучения. Опрос для определения усвоения теоретического материала по разделам программы. Игра. Наблюдение.

Планируемые результаты 1 года обучения

Личностные:

Будут развиты:

- качества личности: дисциплинированность, терпение, трудолюбие, чувство товарищества;
- физические качества, координация движений и двигательные способности;
- положительная мотивация к систематическим занятиям спортом.

Метапредметные:

Будут сформированы:

- умения адекватно вести себя в различных социальных ситуациях;
- слушать и слышать педагога и учащихся в объединении.

Предметные:

К концу 1 года обучения обучающиеся:

- приобретут теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки;
- освоят основные средства ОФП;
- освоят основные приёмы игры в футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения);
- будут выполнять основные действия игры вратаря;
- будут ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками;
- будут применять изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча;
- освоят основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков);
- будут ориентироваться при розыгрыше соперниками стандартной ситуации.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

2 года обучения

к дополнительной общеразвивающей программе «Футбол»

Задачи 2 года обучения

Обучающие:

- освоение и совершенствование жизненно важные двигательные навыки;
- обучение основным техническим приемам и тактическим действиям игры в футбол;
- овладение основными приемами техники и тактики игры;
- знакомство с основными средствами ОФП;
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу.

Развивающие:

- сохранение и укрепление здоровья, развитие физических качеств детей;
- развитие таких качеств личности, как воля, смелость, настойчивость, дисциплинированность, трудолюбие, доброжелательность;
- привитие интереса к систематическим занятиям спортом.

Воспитательные:

- формирование потребности в здоровом образе жизни;
- воспитание чувства коллективизма и взаимовыручки.

Содержание программы 2 года обучения

1. Вводное занятие.

Теория. Инструктаж по ТБ. Цель и задачи 2 -го года обучения. Развитие футбола в России.

Практика. Спортивные игры.

2. Общая и специальная физическая подготовка (ОСФП)

Теория: Опорно-двигательный аппарат. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние физических упражнений на организм ребёнка.

Практика: Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. Упражнение с резиновым мячом. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты, перевороты). Упражнения в висах и упорах. Легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метание). Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости, координации. Специальные упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Подвижные игры и эстафеты.

3. Техническая и тактическая подготовка

Теория: Спортивная техника. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов. Высокая техника владения мячом — основа спортивного мастерства. Техника передвижения. Тактика игры в футбол. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Введение мяча. Об-

манные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча. Передачи мяча, квадраты. Тактика нападения защиты (индивидуальная, групповые, командные действия.). Тактика защиты (индивидуальная, групповые, командные действия.). Тактика вратаря.

Практика: бег, прыжки, упражнения: удары по мячу ногой, удары по мячу головой, остановка мяча, ведение мяча, обманные движения, финты, отбор мяча, вбрасывание мяча из-за боковой линии. Упражнения для развития умения «видеть поле». Индивидуальные действия без мяча и с мячом.

4. Игровая подготовка.

Теория. Правила игры.

Практика. Учебные игры. Закрепление технических и тактических навыков. Спортивные игры. Эстафеты.

5. Соревнования.

Теория: Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана. Обязанности судей, способы судейства. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Положение о соревнованиях. Заявки, их форма и оформление, представление заявок. Назначение судей.

Практика: Проведение игр. Разбор прошедшей игры. Анализ игры всей команды, отдельных звеньев и игроков. Положительные и отрицательные моменты в ходе игры команды, звеньев и отдельных игроков, связанных с выполнением задания. Причины успеха или невыполнения заданий.

6. Контрольные испытания.

Теория. Требования при выполнении упражнений.

Практика. Тестирование по учебным контрольным нормативам.

7. Итоговое занятие.

Практика. Подведение итогов 2-го года обучения. Опрос для определения усвоения теоретического материала по разделам программы. Игра. Наблюдение.

Планируемые результаты 2 года обучения:

Личностные:

Будут развиты:

- умственные способности, а также такие двигательные (физические) качества, как быстрота, сила и выносливость;
- такие качества личности, как воля, смелость, настойчивость, дисциплинированность, трудолюбие, доброжелательность;
- положительная мотивация к систематическим занятиям спортом;
- потребность в здоровом образе жизни.

Метапредметные:

Будут сформированы:

- умения адекватно вести себя в различных социальных ситуациях;
- слушать и слышать педагога и учащихся в объединении.

Предметные:

К концу 2 года обучения обучающиеся будут:

- знать и применять основы атакующих и защитных действий;
- овладеют следующими техническими приёмами: перемещения в сочетании с техникой владения мячом, удары головой в прыжке, ведение правой и левой ногой, изменение направления и ритм движения;
- знать основные правила игры в футбол;
- осуществлять переход от обороны к атаке;
- уметь выполнять простейшие комбинации в стандартных ситуациях;
- освоят действия вратаря (занимать правильную позицию при «угловом», «штрафном», свободном ударах вблизи своих ворот).

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для успешной реализации программы и достижения положительных результатов педагог применяет в своей работе разнообразные **технологии** (их элементы), основными из которых являются:

- *технология личностно-ориентированного обучения (дифференцированный подход)* помогает в обучении каждого на уровне его возможностей и способностей, развитии творческих способностей, созидательных качеств личности, воспитании человека высокой культуры;
- *здоровьесберегающие технологии* помогают воспитать личность, бережно относящуюся к своему здоровью и соблюдающую принципы здорового образа жизни;
- *игровые технологии* помогают освоению учебного материала, развитию творческого мышления, воображения и фантазии, улучшают общение и взаимодействие в коллективе;
- *информационно-коммуникационные технологии*, позволяющие получать новую информацию и знания через просмотр видеоматериалов, сопровождающийся пояснениями педагога для осмысления и оценки своего собственного результата.

Успешное решение задач возможно при использовании двух групп **методов**: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности образовательного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод целостно-приближенного моделирования стандартных ситуаций футбольной игры в условиях тренировки. Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем учащимся, при условии соблюдения требований индивидуально-дифференцированного подхода (строгий учет возрастных и индивидуальных психологических особенностей, уровня физического развития каждого учащегося). В процессе обучения происходит глубокое изучение особенностей каждого учащегося.

Особенности возрастных групп:

При распределении физической нагрузки в процессе занятий необходимо строго учитывать возраст учащихся, особенности их физиологического и психического развития. В младшем школьном возрасте опорно-двигательный аппарат очень хрупкий и нужно профессионально подбирать упражнения, как по динамике, так и по нагрузке. Следует применять упражнения для формирования и укрепления «мышечного корсета», избегать упражнений с резкими односторонними толчками, асимметричным поднятием тяжестей, натуживаний, чрезмерной и длительной нагрузки на опорную поверхность стоп.

В младшем школьном возрасте хорошо дифференцируются мышечные ощущения и отдельные сложные координационные движения при обучении технике и в игровых упражнениях, которые более доступны, чем в старшем возрасте.

Детский организм обладает вполне сформированными физиологическими механизмами адаптации, как к меняющимся условиям внешней среды, так и к физическим нагрузкам, которые благоприятно сказываются на нормальном развитии всех систем и адаптации сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма во время тренировок.

Особенности технической и тактической подготовке на занятиях:

Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом (вправо и влево).

Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановка во время бега: выпадам и прыжками (на обе ноги).

Удары по мячу ногами. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом. На короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары носком, пяткой (назад). Удары на точность: в ноги партнеру, ворота, в цель, на ходу двигающему партнеру. Удары на дальность. Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары в единоборстве.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояния. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней и внешней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперед и назад, поворотом в сторону, опуская мяч в ноги для последующих действий. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей.

Ведение мяча. Ведение внешней и внутренней стороной стопы: левой и поочередно; по прямой, меняя направления, между соек и движущихся партнеров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом. Ведение серединой подъема и носком. Ведения мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения. Финты. Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону); во время ведения внезапная отдача мяча назад, откатывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади. Показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад, – неожиданным рывком вперед уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника «скрещивание». Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, – выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Обор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага, параллельного расположения ступней ног. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнеру, на ходу партнеру. Вбрасывание на точность и на дальность.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Отбивание (в сторону, за линию ворот)

ладонями, пальцами рук в броске, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Бросок мяча одной рукой с боковым замахом и снизу. Выбивание мяча ногой с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнения заданий по сигналу, во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой, во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок на 5 м. Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3-4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнулись), 8-6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касания два мяча (надо следить одновременно, за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приёмы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

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

Групповые действия. Взаимодействия двух или более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе). Уметь взаимодействовать с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах «стенка», «скрещивание». Комбинация «пропуск мяча». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять (закрывание). Выбор момента и способ действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Противодействие маневрированию, т.е. осуществлять (закрывание) и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в (перехвате) мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил и численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Командные действия. Уметь выполнять основные, обязательные действия в обороне на своём игровом месте согласно избранной тактической системе в составе команды. Организа-

ция обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, разыграть удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру. Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список литературы для педагогов:

1. Андреев С. Н. Футбол – твоя игра. – М.: Просвещение, 1989.
2. Андреев С. Н., Левин В. С., Алиев Э. Г. Мини-футбол - М.: Советский спорт, 2008.
3. Боген М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
4. Крисфилд Д.В. Футбол. - М.: АСТ Астрель, 2005 г.
5. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I, II, III, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек., 2008 г.
6. Лях В.И. Мой друг физкультура. – М.: Просвещение, 2005г.
7. Назаренко Л. Л. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003.
8. Отбор в спортивных играх / М.С.Бриль. – М.: Физкультура и спорт, 1980.
9. Современная система спортивной подготовки \ Под ред. Ф.П.Суслова, В.Л.Сыча, Б.Н.Шустина. – М.: СААМ, 1995.
10. Тренировка юных футболистов / В.В.Варюшин. – М.: Физкультура, образование и наука, 1997.
11. Швыдов И.А. Футбол в школе. – М.: Терра-Спорт, 2002г.

Список литературы для обучающихся:

1. Андрианов П., Линдер В. 1000 футболистов. Лучшие игроки всех времен. – М.: АСТ, Астрель, 2009. 336 с.
2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых. – М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2004, 244 с.
3. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов. – М.: Олимпия. Пресс, 2008.
4. Денни Милке. Футбол. Основы игры.- М.: Астрель, 2007.
5. Гиффорд К. Футбол. Факты, голы, суперзвезды. – М.: АСТ, Кладезь, 2014. 144 с.
6. Гиффорд К. Все о футболе. – М.: АСТ, Астрель, 2006. 64 с.
7. Гурунц А. Учимся играть в футбол. – СПб.: СПДФЛ, 2011. 80 с.
8. Кузнецов В.С., Колодгницкий Г.А., Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие Н.Ц.- М.: Эпас, 2006.
9. Малов В. 100 великих футбольных матчей. – М.: Вече, 2014. 432 с.
10. Малькольм К. Сто одно упражнение для юных футболистов. - М.: ФиС, 2003.
11. Матч моей жизни. Лучшие финалы главного еврокубка. 16 звезд о своем триумфе. – М.: ФАИР, 2008. 240 с.
12. Погорелов Ф. Как возрождали «Зенит». – СПб.: Амфора, 2009. 320 с.
13. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. Футбол для начинающих. – М.: Астрель, 2006.
14. Савин А. Мировой футбол. Кто есть кто 2014. Полная энциклопедии. – М.: Эксмо, 2014, 872 с.
15. Футбол правила игры. – М.: Терра спорт, 2004.
16. Футбол. Книга-тренер. Редакция Усольцевой О. – М.: Эксмо, 2014. 272 с.
17. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Эффективность реализации данной программы зависит не только от содержания и объема учебного материала, формы проведения занятий, но и от системы отслеживания результатов и их своевременной корректировки.

Контроль позволяет определить эффективность обучения, обсудить результат, внести изменения в процесс, если необходимо. В течение учебного года педагог проводит поэтапную диагностику успешности освоения программного материала через разнообразные формы контроля и аттестации.

Входная диагностика (входной контроль)

Проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей, определения природных физических качеств и готовности к занятиям волейболом.

Формы:

- беседа
- педагогическое наблюдение
- выполнение практических заданий педагога

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств обучающихся.

Формы:

- беседа
- педагогическое наблюдение
- выполнение практических заданий педагога

Промежуточный контроль предусмотрен по окончании каждого года обучения с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения. Контроль является переводным на следующий год обучения.

Формы:

- тестирование
- игровые формы проведения занятий
- спортивные соревнования

Итоговый контроль

Проводится по итогам освоения общеобразовательной (общеразвивающей) программы.

Формы:

- открытое занятие (в разной форме) для педагогов и родителей. Учащиеся на занятии должны продемонстрировать уровень овладения теоретическим и практическим программным материалом;
- участие в играх,
- соревнования. Наблюдение.

Критерии оценивания параметров наблюдения

Баллы	Расшифровка
3	Параметр наблюдения выражен ярко. Задание, направленное на установление уровня параметра, выполняется без ошибок
2	Параметр наблюдения выражен на высоком уровне. При выполнении задания допускаются 1-2 незначительных недочета
1	Параметр наблюдения выражен на среднем уровне. При выполнении задания допускаются более 2 незначительных недочетов или 1-2 грубые ошибки

**Сводная таблица диагностических исследований
(входной контроль)**

Педагог ДО _____

Дополнительная общеразвивающая программа **Футбол (средняя школа)**

Группа I год обучения № _____

Дата заполнения " ____ " сентября 20 ____ г.

№	Ф.И учащегося	Параметры наблюдения							Всего баллов	Уровень подготовленности
		Бег на скорость	Двигательные навыки (гибкость, сила, координация)	Прыжки на скакалке	Прыжки в длину с места, с разбега	Упражнения с мячом	Игровые навыки	Уровень интереса и мотивации к обучению		
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

Оценка критериев: низкий уровень – 1 балл;

Уровень освоения: низкий уровень – 7- 11 баллов

средний уровень – 2 балла;

средний уровень - 12 - 16 баллов

высокий уровень-3 балла;

высокий уровень-17-21 баллов

ИТОГО: Низкий уровень - ____чел., ____%;

Средний уровень - ____чел., ____%;

Высокий уровень - ____чел., ____% ;

Оценка критериев: низкий уровень – 1 балл; средний уровень – 2 балла; высокий уровень-3 балла;

Критерии оценки результативности освоения программы в целом (оцениваются по общей сумме баллов):

11-17 баллов - низкий уровень; 18-25 баллов - средний уровень; выше 26 -33 балла - высокий уровень.

ИТОГО: Низкий уровень - ____ чел., ____%; Средний уровень - ____ чел., ____%; Высокий уровень - ____ чел.,

