


Кировское областное государственное профессиональное образовательное автономное учреждение «Кировский технологический колледж пищевой промышленности»

РАССМОТРЕНО

На заседании предметно-цикловой комиссии

Протокол № 2
от « 11 » сентября 2024 г. 

УТВЕРЖДАЮ


Директор КОГПОАУ КТКПП

 С.С. Печенкина
от « 11 » 09 2024 г.



СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

 Е.А. Дмитриева
от « 11 » 09 2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Спортивная секция «Футбол»

Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 17-20 лет
Срок реализации: 1 год

г. Киров
2024 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ:

1. Пояснительная записка.....	3
2. Тематический план.....	6
2.1.Специальные подготовительные упражнения.....	13
3. Формы контроля и оценочные материалы.....	15
3.1 Формы подведения итогов реализации образовательной программы.....	18
4. Организационно - педагогические условия реализации программы	19
5. Информационное обеспечение обучения.....	20
Приложение 1.....	21

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной образовательной программы: физкультурно-спортивная. Данная программа направлена на расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «футбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни; совершенствование функциональных возможностей организма; формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия; формирование умений в организации и судействе спортивной игры «футбол».

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Педагогическая целесообразность

Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Отличительная особенность программы «футбол» в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки, приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения. Обучение по программе «футбол» стимулирует учащегося к дальнейшему совершенствованию его физической и интеллектуальной сферы. Программа также предоставляет возможность воспитанникам, ранее занимающимся футболом в спортивных школах, и по каким-либо причинам, прекратившим занятия, но сохранившим интерес к предмету образовательной деятельности, продолжить обучение по программе «футбол».

Цель: создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям футболом, формирования навыков здорового образа жизни.

Задачи дополнительной образовательной программы:

Образовательно-развивающие:

Изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;

Приобретение опыта участия в соревнованиях;

Развитие двигательных качеств учащихся: координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий и точности двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования силовых, временных и пространственных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы, гибкости, ловкости), способностей, а также сочетание этих способностей.

Оздоровительные:

Правильная организация двигательной активности детей;

Пропаганда здорового образа жизни;

Удовлетворение естественной потребности растущего организма в движении и повышение сопротивляемости организма к неблагоприятным внешним условиям.

Воспитательные:

Воспитание у ребят ответственного отношения к личному здоровью, как индивидуальной и общественной ценности; справедливого, строго регламентируемого отношения к соревновательной деятельности, как к одному из видов человеческой деятельности;

Формирование устойчивого интереса и привычку к систематическим занятиям баскетболом;

Воспитание морально-волевых качеств;

Содействовать формированию навыков культуры поведения;

Воспитание чувства коллективизма, умения работать в коллективе, уважать старших, доброжелательного отношения друг к другу, умения и желания оказывать помощь, дисциплинированность, корректность, требовательность к себе.

Категория обучающихся

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 17 до 20 лет, независимо от уровня подготовки

Сроки реализации программы

Объем учебно-тренировочной работы: 9 часов в неделю 3 раза по 3 часа (академический час – 40 минут).

Формы организации образовательного процесса.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в товарищеских играх и официальных играх, занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов.

Ожидаемые результаты освоения программы:

личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса к физическому развитию, к занятиям спортом, мини-футболом; - накопление необходимых знаний, а также умение использовать занятия мини-футболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей;

- достижение личностно значимых результатов в физическом развитии (выносливости, скоростно-силовых, скоростных и координационных качеств);

- развитие реакции на движущийся объект, быстроты мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях ситуациях, концентрации внимания и распределение внимания;

- формирование личностных качеств юных футболистов: активности, настойчивости, целеустремленности, трудолюбия, самостоятельности;

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях.

предметные результаты:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в футболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тренировочных заданий;

- приобретение первоначальных знаний, умений и навыков в работе с мячом;

- умение применять специальную терминологию в мини-футболе;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;

Метапредметные результаты:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом в различных спортивных играх;

- использование мини-футбола в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- умение играть в подвижные и спортивные игры с использованием бега, прыжков, метаний мяча;

- умение соблюдать правила проведения подвижных и спортивных игр;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по мини-футболу;

- умение выполнять строевые упражнения, общеразвивающие упражнения, акробатические упражнения, упражнения на формирование осанки.

Для диагностики результатов обучения используются следующие формы:

- наблюдение;

- собеседование;

- опрос;

- самостоятельная практическая работа.

- сдача контрольных нормативов по ОФП в начале и конце учебного года;

- сдача контрольных нормативов по СФП в конце учебного года;

- сдача технических нормативов;

- участие в соревнованиях.

Формы демонстрации результатов обучения:

- открытые занятия;

- участие в соревнованиях;

- мастер-классы;

- показательные выступления.

Весь учебный материал программы распределён с учетом возраста обучающихся и направлен на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

2.ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
спортивной секции по футболу
учебно-тренировочной и соревновательной деятельности

№ п/п	Разделы подготовки	Кол-во часов
1.	Вводное занятия	2
2.	Общая физическая подготовка	138
3.	Специальная физическая подготовка	40
4.	Техническая подготовка	90
5.	Тактическая подготовка	22
6.	Соревнования	32
	Общее кол-во часов:	324

№ п/п	Тема занятия	Основные виды деятельности учащихся	Кол- во часов	УУД
1	Техника безопасности. футбол- история развития. Контрольные испытания.	Повороты, разновидность ходьбы, бега, упр. на осанку. Подвижные игры.	2	Применять правила подбора одежды для занятий футболом. моделировать технику действий и приемов футболиста. соблюдать правила безопасности.
2	Техника перемещения; передач и ведения мяча на месте	технику бега бокком вперед, спиной вперед и передачи мяча на месте, ведения мяча на месте	6	выполнять изучаемые упражнения
3	Техника передачи одной ногой	технику передач двумя ногами, одной ногой, поворотов на месте, ведение мяча в движении	6	выполнять изучаемые упражнения, применять в эстафете
4	Передача головой	технику передач головой	6	выполнять передачи одной ногой , повороты на месте с мячом с последующим ведением в движении.
5	Техника передач в движении	технику передач ногой в движении; 6 правила игры	6	выполнять перемещение с заданием, передачи ногой в движении, удары одной ногой с места.
6	Техника удара после ведения мяча	технику удара после ведения	6	выполнять перемещение в защитной стойке, передачи во встречном движении, передачи после поворотов на месте; применять изучаемые приемы в учебной игре
7	Техника поворотам в движении	технику поворотам в движении	6	выполнять перемещение, передачи во встречном движении, удары после ведения, применять изучаемые приемы в учебной игре на одной половине
8	Техника приёма мяча, отскочившего от пола	технику приёма мяча, отскочившего от пола	6	выполнять перемещение в игре, изучаемый прием, передачи в движении, удар с места, применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке
9	Техника удара в движении после передачи мяча	технику удара в движении после передачи мяча	10	выполнять удар мяча, отскочившего от пола, удары в движении после передачи мяча, удары с места, передачи после

10	Техника удара в прыжке с места	технику удара в прыжке с места	10	ведения, штрафные удары; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке выполнять удары в движении после передачи мяча, изучаемый прием, передачи с отскоком от земли, штрафные удары; применять изучаемые приемы в учебной игре по всей площадке
11	Техника передач одной ногой сбоку и одной ногой в прыжке	технику передач одной ногой сбоку и одной ногой в прыжке	10	выполнять удары в прыжке с места, изучаемые приемы, удары в движении, ведение мяча с обводкой предметов; учебная игра
12	Техника передач на месте и в движении, удары в прыжке после ведения мяча	технику передач на месте и в движении, удары в прыжке после ведения мяча	6	выполнять передачи в парах, в тройках, удары в прыжке после ведения мяча, передачи одной ногой в прыжке с поворотом на 180*, ведение с обводкой линий штрафного удара; применять изучаемые приемы в учебной игре
13	Учет по технической подготовке	технику зачетных упражнений	10	выполнять на результат: штрафные удары, удары в прыжке с места, обводка области штрафного удара; применять изучаемые приемы в учебной игре
14	Техника передач и ударов в движении; опеки игрока без мяча	техники передач и ударов в движении; опеки игрока без мяча	6	выполнять изучаемые приемы, передачи мяча в прыжке, броски в прыжке после поворотов; применять изучаемые приемы в учебной игре
15	Техника ведения и передач в движении	технику ведения и передач в движении	6	выполнять изучаемые приемы, взаимодействие 2 x 2.
16	Техника передач одной ногой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	технику передач одной ногой с поворотом и отвлекающим действиям на передачу	6	выполнять изучаемые приемы, взаимодействие с центровым игроком, удары в движении; применять изучаемые приемы в учебной игре
17	Соревновательная деятельность		6	По календарному плану
18	Техника отвлекающих действий на удар	технику отвлекающих действий на удар	6	выполнять изучаемый прием, перехват мяча, взаимодействие с центровым игроком, удары; применять изучаемые приемы в учебной игре
19	Техника передач мяча одной ногой, выбивание	технику передач мяча одной ногой, выбивание.	6	выполнять изучаемые приемы, опеку игрока, нормативы на результат

20	Техника выбивания мяча после ведения	технику выбивания мяча после ведения	5	выполнять изучаемые приемы, передачи «убегающему игроку», ведение мяча, броски в движении
21	Техника атаки двух нападающих против одного защитника	технику атаки двух нападающих против одного защитника	5	выполнять изучаемый прием, ведение, передачи, удары левой рукой, ловля мяча, катящегося по площадке, взаимодействие 2 x 1; игра
22	Выбивания мяча при ведении	технику изучаемых приемов	5	выполнять изучаемый прием - в парах выбивание мяча при ведении ; атака трех нападающих против двух защитников; удары в прыжке с сопротивлением защитника. Штрафные удары. Учебная игра
23	Передачи одной ногой с поворотом	технику изучаемых приемов	5	Передачи одной ногой с поворотом ; удары снизу; добивание мяча в ворота; удары в прыжке с сопротивлением защитника. Учебная игра
24	Прием нормативов по технической подготовке	выполнять на результат	5	штрафной удар; удар в прыжке с места; добивание мяча в щит; обводка области штрафного удара
25	Передачи в движении в парах	технику изучаемых приемов	5	повторить выбивание мяча при ведении , бег с ускорением по одной из боковых линий, после ускорения – бег в медленном темпе; .Передачи в движении в парах ; быстрый прорыв – в тройках; ведение мяча со сменой ног; удары с места – в парах, игроки соревнуются между собой. Учебная игра.
26	Соревновательная деятельность		5	По календарному плану
27	Передачи в тройках в движении	технику изучаемых приемов	5	передача в тройках в движении (схема); быстрый прорыв; передачи на месте; ведение мяча с различной высотой. Учебная игра.
28	Передачи в движении	технику изучаемых приемов	5	Передачи в движении – упражнения; быстрый прорыв 2 x 1; 3 x 2; борьба за мяч, отскочившего от щита. Учебная игра
29	Соревновательная деятельность		5	По календарному плану
30	Техника передач мяча	технику изучаемых приемов	5	Передачи мяча – в парах меняя расстояние между собой; быстрый прорыв при начальном и спорном ударе; нападение через центрального игрока; выбивание мяча; учебная

				игра
31	Техника передач мяча, быстрый прорыв после штрафного удара	технику изучаемых приемов	5	Передачи мяча по кругу в движении; быстрый прорыв после штрафного удара; перехват мяча с выходом из-за спины противника (схема). Учебная игра.
32	Соревновательная деятельность		5	По календарному плану
33	Техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	технику изучаемых приемов	5	Ведение мяча и выбивание; нападение через центрального, входящего в область штрафной площадки; стенки; передачи мяча Учебная игра
34	Закрепление через центрального, стенки.	технику изучаемых приемов	5	Удары в движении с двух сторон; нападение через центрального, входящего в штрафную площадку; стенки; добивание мяча в ворота; Учебная игра.
35	Соревновательная деятельность		5	По календарному плану
36	Техника передач. Разучивание нападения «тройкой»	технику изучаемых приемов	5	Передачи; нападение «тройкой»-подводящие упражнения; обводка области штрафного удара; добивание мяча в ворота ; удары со средних расстояний в прыжке. Учебная игра
37	Прием нормативов по технической подготовке	выполнить на результат	5	штрафной удар; удар в прыжке с места; добивание мяча в ворота; обводка области штрафного удара
38	Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	технику изучаемых приемов	5	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; заслоны; передачи на месте; удары в прыжке со средних расстояний
39	Комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Заслоны. Техника	технику изучаемых приемов	5	Передачи мяча в тройках с продвижением вперед; комбинации при вбрасывании мяча из-за боковой линии; стенки; передачи на месте; удары в прыжке со средних расстояний
40	Закрепление техники и тактики в игре, ударов	технику изучаемых приемов	5	Учебная игра.
41	Закрепление техники и тактики в игре, ударов	технику изучаемых приемов	5	Учебная игра.
42	Закрепление быстрого прорыва, стенки игроком, техника игры	технику изучаемых приемов	5	«Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; стенки с игроком; перехваты; штрафные удары

				. Учебная игра.
43	Закрепление быстрого прорыва, заслона игроком, техника игры	технику изучаемых приемов	5	«Салки» мячом; Быстрый прорыв 2 X 1, 3 X 2; заслон центровым игроком; перехваты; штрафные удары. Учебная игра.
44	Соревновательная деятельность		5	По календарному плану
45	Техника плотной защиты, заслона с выходом на получение мяча от игрока, техника	технику изучаемых приемов	5	«Салки»; Встречная эстафета с передачами ; заслон с выходом на получение мяча от игрока; плотная система защиты; удары в движении потоком с двух сторон. Учебная игра
46	Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом к воротам, передачи через центрального игрока	технику изучаемых приемов	5	Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом под щит; передачи через игрока; нападение через игрока; выбивание мяча при ведении; Учебная игра
47	Техника отвлекающих действий на получении мяча с последующим проходом по щит, передачи через игрока	технику изучаемых приемов	5	Отвлекающие действия на получение мяча с последующим проходом к воротам; передачи через центрального; выбивание мяча при ведении; Учебная игра
48	Техника накрывания мяча при ударе, наведение защитника на полевого игрока	технику изучаемых приемов	5	Накрывание мяча при ударе ; наведение защитника на полевого игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; удары в прыжке. Учебная игра
49	Техника накрывания мяча при ударе, наведение защитника на центрального игрока	технику изучаемых приемов	5	Накрывание мяча при ударе ; наведение защитника на центрального игрока (схема); перехваты мяча, адресуемого центральному; удары в прыжке. Учебная игра
50	Соревновательная деятельность		5	По календарному плану
51	Техника борьбы за мяч, отскочившего от ворот	технику изучаемых приемов	5	Борьба за мяч, отскочившего от щита – в тройках; опека игрока спереди и передачи ему мяча; прием нормативов по технической подготовке; учебная игра
52	Техника высоко летящего мяча одной ногой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	технику изучаемых приемов	5	Ловля высоко летящего мяча; нападение двумя центрами и их взаимодействия (схемы); выполнение технических приемов; Учебная игра
53	Соревновательная деятельность		2	По календарному плану
54	Соревновательная деятельность		2	По календарному плану

55	Передача на максимальной скорости, нападение двумя центрами	технику изучаемых приемов	2	Передачи на максимальной скорости; нападение двумя центрами; Учебная игра
56	Закрепление пройденного материала	технику изучаемых приемов	2	Учебная игра. ОФП.
57	Закрепление пройденного материала	технику изучаемых приемов	2	Учебная игра. ОФП.
58	Техника ведения на максимальной скорости	технику изучаемых приемов	2	Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; удары с места. Учебная игра.
59	Техника ведения на максимальной скорости	технику изучаемых приемов	2	Эстафета с ведением мяча; устранение ошибок; плотная опека игроков в тыловой зоне; удары с места. Учебная игра.
60	Прием нормативов по технической и специальной подготовки	выполнить на результат	2	Бег челночным способом, бег на 30 м. с максимальной скоростью.
61	Техника добивания мяча в ворота	технику изучаемых приемов	2	Добивание мяча в ворота; переключения- подводящие упражнения; броски в движении. Учебная игра
62	Техника передач в парах, нападения тройкой с активным заслоном	технику изучаемых приемов	2	Передачи в парах; нападение в тройкой с активным заслоном; удары с сопротивлением. Учебная игра
63	Соревновательная деятельность		5	По календарному плану
64	Ведения мяча, комбинации при выполнении штрафных ударов	технику изучаемых приемов	4	Ведение мяча в парах; комбинации при выполнении штрафных ударов; освобождение от заслонов; перехваты мяча; Учебная игра
65	Техника борьбы за мяч, отскочившего от ворот	технику изучаемых приемов	4	Борьбы за мяч; зонная защита 2+1+2. Учебная игра

2.1. Специальные подготовительные упражнения

Специальные упражнения для кистей рук: сгибание, разгибание, вращения, разведение пальцев (активное и пассивное)

Перемещение бегом, приставными шагами (вправо, влево, спиной, вперед) подскоками, прыжками, шагом.

Прыжки с места толчком двумя ногами: вверх, вверх - вперед, вверх - назад, вверх - вправо, вверх - влево. Спрыгивания с высоты с последующим прыжком вверх.

Прыжки в движении толчком одной ногой (правой, левой) с доставание предметов, щита, корзины, подвешенного мяча.

Упражнения с набивными мячами, перебрасыванием через себя, назад и вперед, переводя вокруг туловища, переводя мячи из рук в руку, между ногами.

Упражнения футбольными мячами жонглирование двумя и тремя мячами, вокруг туловища, перебрасывание его через себя, наклоном вперед и махом руки между ногами, подбрасывание мяча ступнями с ловлей руками.

Комбинированные упражнения по технике футбола.

Умения и навыки

Техника нападения

Перемещения. Бег (лицом и спиной вперед)

Перемещения приставными шагами. Сочетание бега с прыжками толчком одной ногой. Прыжки вверх толчком двумя ногами. Сочетание бега с остановками с поворотами на месте.

Ловля мяча двумя руками от груди, двумя сверху и одной от плеча, после поворота на месте.

Передачи в движении (в два шага)

Ведение мяча

Ведение мяча по прямой, с изменением направления, обвода препятствий. Ведение мяча после ловли в движении.

Прием: «ведения – остановки – поворот назад – передача»

Удары по мячу

Изучение удара со среднего расстояния (3-5 метров)

Изучения удара после передачи из под игрока и после ведения. Совершенствование штрафного удара по воротам.

Тактическая подготовка

1. ознакомление с развиваемыми приемами.
2. изучение приема в упрощенных условиях:
 - метод целостного обучения;
 - метод обучения по частям;
 - методы управления;
 - методы скрытой информации.
3. изучение приема в усложненных условиях.
4. закрепление приема.

Тактика нападения

Индивидуальные действия, групповые взаимодействия. Тактика взаимодействия двух, трех игроков по принципу (отдай и выходи), изучение со сменой мест. Совершенствование командных взаимодействий. Позиционное нападение через центрального игрока.

Техника защиты

Выбивание мяча, снизу, стоящего на месте и толчком вниз к противнику.

Тактика защиты

Индивидуальные действия. Групповые взаимодействия. Подстраховки против игрока, ведущего мяч. Личная защита в тыловой зоне в учебных играх.

Теоретическая подготовка

1. Беседы, лекции по отдельным вопросам: (личная гигиена).
2. Наблюдение (просмотр) занятий других команд и анализ обсуждения.
3. Наблюдение на соревнованиях по технике, тактике с анализом увиденного.
4. Воспитание морально-волевых качеств.
5. Решение тактических задач.

Интегральная подготовка

1. Игровой метод.
2. Соревновательный.
3. Участие в официальных соревнованиях, как высшая форма интегральной подготовки.

Психологическая подготовка

1. Лекции, беседы, встречи, дискуссии на политически и эстетические темы.
2. Личный пример тренера.
3. Убеждения.
4. Пробуждение к деятельности.
5. Поощрение.
6. Наказание.
7. Поручения.
8. Обсуждения в коллективе.
9. Приучение к условиям соревнований.
10. Проведение совместных занятий с менее подготовленными и более сильными футболистами.
11. Контрольные игры.
12. Действия в условиях более сложных, чем на соревнованиях.
13. Соревновательный метод.
14. Повышение какого-то задания по сравнению с предыдущим занятием.

Развитие двигательных качеств

Для развития двигательных качеств (силы, быстроты, ловкости) применяют общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов, с малыми отягощениями. Набивные мячи (1-3 кг), гантели, гриф, штанги.

Для развития скоростно-силовых качеств, прыжковой и скоростной выносливости. Комбинированные игровые упражнения. Пробегание отрезков 5-20 м. На скорость. Рывки, ускорения во время движения. Длительное выполнение специальных игровых упражнений с мячом.

Для воспитания меткости широко применяются все виды метаний мячей в цепь эстафеты.

Изучить и совершенствовать общие положения места игрока и значения игры. Правила игры и судейства учебных игр.

3. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Опрос учащихся по пройденному материалу.
- Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований.
- Мониторинг результатов по окончании курса обучения.
- Контроль соблюдения техники безопасности.
- Привлечение учащихся к судейству соревнований школьного уровня.
- Контрольные игры с заданиями.
- Выполнение контрольных упражнений.
- Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
- Результаты соревнований.

Программа предусматривает входящую, промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей. В начале года проводится входное тестирование. Входной контроль (предварительная аттестация) – это оценка исходного уровня умений обучающихся перед началом образовательного процесса. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений. Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования Программы и методов обучения. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	юноши	девушки
быстрота	Бег на 20 м (не более 4,5 с)	Бег на 20 м (не более 4,7 с)
	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 11,0 с)	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 11,4 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 130 см)	Прыжок в длину с места (не менее 115 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 24 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 20 см)

Тестовые задания для оценки уровня технико-тактической подготовки

1. Быстрота бега

Игрок выполняет прямолинейный рывок на 20 м, стартуя по сигналу из-за лицевой линии площадки, -- 3 попытки с интервалами 15 с. Время фиксируется до десятых долей секунды.

Определяется лучшее время в трёх попытках.

2. Прыгучесть

Игрок достаёт наивысшую точку на измерительной планке, укреплённой на воротах (в случае необходимости опущенной на 20-30 см ниже кромки ворот), делая 4 прыжка подряд без пауз и подшагиваний:

- -- прыжок с разбега толчком одной ногой из любой точки
- -- прыжок с места с работой рук
- -- два прыжка с места с вытянутыми вверх руками

Выполняется 3 попытки с интервалом 15 секунд. Фиксируется с точностью до одного сантиметра лучший результат каждого прыжка, достигнутый в любой из этих попыток.

3. Серийная прыгучесть

Игрок преодолевает расположенные по кругу препятствия (например, легкоатлетические барьеры, натянутые резиновые тяжи и т. п.) высотой 50 см.

Всего преодолевая 3 круга без пауз и подшагиваний на время (измеряется от стартового сигнала до момента приземления после последнего прыжка). Игроку предоставляется одна попытка.

4. Скоростная техника

Игрок выполняет обводку змейкой трёх препятствий размером 0,5 X 0,5 и высотой не менее 1 метра, прямолинейно расположенных вдоль площадки.

Ведение начинается из-за лицевой линии, обводит препятствия, ведя мяч правой ногой и бьёт по воротам произвольным способом, тут же берёт другой мяч, лежащий вне площадки, на расстоянии 0,5 м за лицевой линией под щитом и продолжает тест в обратную сторону, ведя мяч левой ногой, заканчивая ударом (время измеряется с точностью до одной десятой секунды). Игроку даются две попытки с интервалом 30 с, фиксируется лучшее время одной из них; в случае неточного броска попытка аннулируется (в период отдыха следующий игрок может выполнить очередную попытку).

5. Быстрота и ловкость защитных передвижений

Игрок без пауз выполняет рывки из исходной точки 1, в точки 2, 3, 4, 5 и 6 обязательно нанося удары ногой по набивным мячам, лежащим в этих точках, возвращается каждый раз в точку 1, также нанося удар по набивному мячу, причём рывки из точки 1 в точки 2, 3, 4 выполняют лицом вперёд, возвращение в точку 1 -- спиной вперёд, а из точки 1 в точки 5, 6 и обратно -- боком, приставными шагами. Секундомер останавливается в момент удара игроком по мячу в точке 1 при возвращении из точки 6.

Игроку даются две попытки, с интервалом отдыха 30 секунд.

6. Специальная выносливость

Челночный бег -- пять раз вдоль площадки от одной лицевой линии к другой, каждый раз обязательно касаясь линию. В момент касания включается или выключается секундомер. Выполняются 3 попытки с интервалами 30 секунд.

7. Стабильность штрафных ударов

Игрок выполняет тридцать ударов сериями по три удара подряд в полном соответствии с правилами игры поочередно в ворота, передвигаясь от линии к линии с ведением. После первых двух ударов мяч игроку подаёт партнер, после третьего он подбирает его сам. Общий лимит времени на тест -- 3 минуты.

Учитывая суммарное количество очков, причём за первое попадание из трёх ударов начисляется два очка, за остальные по одному. В случае превышения лимита времени, тест аннулируется. Тест могут проводить одновременно два игрока, начиная его у противоположных щитов.

8. Стабильность средних и дальних ударов

Игрок последовательно выполняет удары с десяти разных по дальности точек (4,5 и 6,25 м от проекции центра кольца). Футболисты все удары обязательно выполняют в прыжке. После каждого удара игрок выходит к воротам, подбирает мяч, переходит с ведением на следующую точку и выполняет очередной удар.

Точки располагаются симметрично по обе стороны щита на линии, параллельной лицевой, а также на линиях под углом 45 и 90 градусов.

Удары выполняются в течение 4 минут. С заданием оптимизировать их быстроту и точность. Учитывая суммарное количество очков, причём на каждое попадание с 6,25 м (из точек 2, 3, 6, 8, 10) начисляется три очка, за остальные -- по два.

9. Точность дальней передачи мяча в отрыв

Игрок, располагаясь за линией штрафного удара, направляет мяч в щит, выходит к щиту, овладевает отскоком и сразу же направляет правой (или сильнейшей) ногой в мишень размером 1,5 X 1,5 м на высоте один метр над уровнем площадки, расположенной на продолжении противоположной линии штрафного удара на средней линии площадки в двух метрах от левой боковой линии, левой или слабойшей рукой. Фиксируются количество попаданий мяча в мишень из 10 передач правой и 10 передач левой рукой.

Планируемые результаты освоения программы

По итогам обучения обучающийся научится:

- владеть двигательными действиями;
- передачи одной рукой от плеча, двумя от груди, приемлемые виды передач для каждой конкретной игровой ситуации;
- ведение мяча, повороты, перевод мяча;
- техника ударов по воротам одной ногой в движении;
- удары мяча по воротам с места, в прыжке со средней дистанции;
- штрафные удары;
- тактические действия в нападении: быстрый прорыв 2:1,3:2;
- тактические действия в защите: выбивание, перехват, накрывание мяча, игра зонной, оптимальная форма учащихся для участия в школьных и районных соревнованиях.

У обучающегося будут сформированы понятия: основы знаний о здоровом образе жизни, правила игры в футбол; о гигиенических требованиях к местам занятий футболом и инвентарю, спортивной одежде и обуви; тактические приемы в футболе; овладеть основными техническими приемами футболиста; проводить судейство матча; проводить разминку футболиста, организовать проведение подвижных игр

3.1 Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольно-переводные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий.

Формы и способы фиксации результатов:

- дневник достижений учащихся;
- портфолио учащихся.

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

Методическое обеспечение занятий для повышения интереса обучающихся к занятиям футболом, решения развивающих и воспитательных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

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

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:

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

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом, по частям.

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

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

Для реализации Программы необходимы материально-техническое, информационное обеспечение.

Материально-техническое обеспечение: спортивный зал для занятий футболом;– спортивный инвентарь (ворота для футбола, конструкции– футбольные, мячи футбольные, сетки футбольные, стойки, маты, скакалки, гимнастические скамейки); обучающимся на занятиях необходимо находиться в спортивной форме– и обуви (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для футбола, футболки, майки, шорты).

Информационное обеспечение: использование интернет ресурса;– работа с сайтом образовательной организации (страница о секции – футбола, результаты тестирований, соревнований, работа с родителями, фото- и видеоматериалы, и прочее).

5. Информационное обеспечение обучения

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовые документы

1. Приказ Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».
2. Приказ Министерства спорта РФ от 27 марта 2013 г. № 147 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол»
3. Письмо Минспорта России от 12.05.2014 № ВМ-04-10/2554 (ред. от 27.10.2014) «О направлении Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). / Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г.
5. Приказ Департамента образования города Москвы № 922 от 17.12.2014 г. «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 учебном году» (в редакции от 07.08.2015 г. № 1308, от 08.09.2015 г. № 2074, от 30.08.2016 г. № 1035, от 31.01.2017 г. № 30).

Список литературы, используемой при написании Программы

1. Барабаш С.А. Правила футбола в вопросах и ответах. Методические указания. — Харьков: Изд-во НУА, 2010. — 28 с.
2. Башин Д.Ю. Футбол в современном мире. – М.: МИР, 1998. – 287 с.
3. Вартамян А.Т. Летопись Советского футбола 1936-73 гг. – Москва: Спорт-Экспресс, 2003-2016. — 361 с.
4. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов – М.: Физическая культура, 2007. – 120 с.
5. Винаминов Н.К. Футбольные игры в истории XX века. – М.: Просвещение, 2000. – 400 с.
6. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для обучения игре в штрафной площади футболистов 11-15 лет. – М.: ТВТ Дивизион, 2013. — 36 с.
7. Качани Л., Торский Л. Тренировка футболистов. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 174 с.
8. Красножан Ю.А., Чирва Б.Г. Футбол. Подготовка и проведение разбора игр с футболистами. – М.: ТВТ Дивизион, 2013. — 45 с.
9. Ланфранши П., Айзенберг К., Мейсон Т., Валь А. FIFA 100 лет. Век футбола. — М.: Махаон, 2006, с. 312.
10. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. Методическое пособие. – М., 2009.
11. Малов В.И. Футбол: Энциклопедия. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2005. -394с.
12. Рафалов М. Разговор о футбольных правилах. – М.: Терра-спорт, 1999. – 235 с.
13. Реднеджер К. Футбол. Полная иллюстрированная энциклопедия мирового футбола. — М.: Росмэн-Издат, 2000, с. 256.
14. Саркисян Р.А., Четырко А.М. Подготовка юных футболистов: Методические рекомендации. – Ереван, 1979.
15. Современная система спортивной подготовки / Под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. – М.: «СААМ», 1995.
16. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. - М.:

Физкультура и спорт, 1980.

17. Футбол для детей. 101 тренировка для начинающего футболиста. Тони Чарльз, Стюарт Рук (пер. с англ. А. Поповой). – М.: Издательство «Э», 2017. – 128 с.

18. Швыков И.А. Футбол в школе. – М.: Terra – спорт, Олимпия Пресс, 2002.

19. Юный футболист: сб./Под ред. А.П. Лаптева, А.А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 255 с., ил.

Список литературы для обучающихся

1. Акимов Н.Г. Футбол. Футбол. Футбол!!! - М.: МИР, 2001. - 300 с.
2. Андреев С.Н. Футбол - твоя игра - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.
3. Малов В.И. Я познаю мир: Футбол. - М.: ООО «Издательство АСТ», 2006.

Интернет-ресурсы

1. Познавательная и развлекательная информация о футболе. [Электронный ресурс] URL: <http://zdorovo.sport.ru/football.html>. (Дата обращения: 06.11.2018).
2. История Российского футбола. [Электронный ресурс] URL: <http://marmelad.narod.ru/history.html>. (Дата обращения: 06.11.2018).

Тесты

ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

ФИО	Скоростное ведение 20м, сек	Передача мяча, сек	Дистанционные удары (из 10), %	Штрафные удары (из 20), %
1.				
2.				

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

ФИО	Прыжок в длину с места (см)	Прыжок вверх (см)	Бег 20м (сек)	Челночный бег 40с на 28м	Бег 600м (мин, сек)
1.					