

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ТИМАШЕВСКИЙ РАЙОН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА «КАЛЕЙДОСКОП»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ТИМАШЕВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
МБУДО ЦТ «Калейдоскоп»
от 26.05.2023 г.
Протокол № 4

Утверждаю
Директор МБУДО ЦТ «Калейдоскоп»
Шульга А.Е.
Приказ № 100 от 26.05.2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЮНЫЕ ФУТБОЛИСТЫ»**

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 144 часа

Возрастная категория: от 5 до 17 лет

Состав группы: до 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на основе ПФДОД

ID-номер Программы в Навигаторе: 32494

Автор-составитель:
Лагута Максим Александрович,
педагог дополнительного образования

станция Медведовская
Тимашевский район
2021 г.

Содержание

Нормативно-правовые основания проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты».	5
Пояснительная записка	5
Цель и задачи программы	12
Планируемые результаты	13
Содержание программы	14
Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».	19
Календарный учебный график	19
Условия реализации программы	26
Формы аттестации	27
Оценочные материалы	29
Методические материалы	29
Список литературы	38
Приложения	39

Нормативно-правовые основания проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юные футболисты».

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р).

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

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

5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерство образования и науки РФ.

6. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 №467).

7. Краевые методические рекомендации по организации деятельности организаций дополнительного образования в летний период, 2020 г. И.А.Рыбалёва.

8. Краевые методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ и программ электронного обучения от 15 июля 2015 г.

9. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020 г., И.А.Рыбалёва.

10. Уставом муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центра творчества «Калейдоскоп» муниципального образования Тимашевский район.

11. Положением о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центра творчества «Калейдоскоп» муниципального образования Тимашевского района

12. Положение об организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования Центра творчества «Калейдоскоп» муниципального образования Тимашевского района.

13. Положение о формах, периодичности и порядке контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации учащихся муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центра творчества «Калейдоскоп» муниципального образования Тимашевского района.

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты».

Пояснительная записка

Футбол – одна из старейших игр, возникшая в средние века. Футбол по праву считается самым массовым и популярным видом спорта. Современный футбол представляет собой яркое спортивное зрелище, в котором органично сочетается высокое исполнительское мастерство футболистов с бескомпромиссной борьбой игроков на каждом участке поля. Футбол – это страстное противоборство двух команд, в котором проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции. Размеры футбольного поля и особенности игры представляют к её участникам повышенные требования в плане двигательной активности, проявляющейся в различных формах перемещений (ходьба, равномерный бег, ускорения, рывки с изменением направления, прыжки). Специфику футбола определяют действия с мячом, к которым относятся: удары, ведение, остановки, отбор, финты, ввод из-за боковой линии и приёмы техники игры вратаря.

Спортсмен-футболист должен по всем показателям соответствовать требованиям сегодняшнего дня: быть физически подготовленным, в совершенстве владеть техническими приемами, уметь взаимодействовать с партнерами по звеньям, проявлять тактическую смекалку, наносить точные удары по воротам.

Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные футболисты» (далее Программа) реализуется в **физкультурно-спортивной направленности**.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности учащихся, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством занятий футболом. Обучением умению использовать различные системы и виды

физических упражнений в самостоятельных занятиях по футболу, имеющих оздоровительную, реактивную и кондиционную направленность.

Актуальность данной программы дополнительного образования по футболу состоит в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля учащихся. Программа направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление учащихся, проживающих в сельской местности. Поскольку тренировки и соревнования по футболу проходят почти круглый год, в самых различных, нередко меняющихся, климатических и метеорологических условиях, эта игра способствует и физической закалке, повышению сопротивляемости организма и расширению физических возможностей.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного образования: личностная ориентация образования; профильность; практическая направленность; мобильность; реализация воспитательной функции обучения через активизацию физической деятельности учащихся. Программа направлена на оздоровление детей, позволяя посещать занятия учащимся с разной физической подготовкой и физическими способностями.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих программ по футболу состоят в построении учебно-тематического плана, в использованной разработчиком литературе, Основными формами учебно-тренировочного процесса являются теоретические и групповые практические занятия, учебные и товарищеские игры, занятия по специальной физической подготовке и сдаче контрольных нормативов.

Адресат программы. Программа «Юные футболисты» рассчитана на мальчиков в возрасте от 5 до 17 лет.

На 5-7 году жизни двигательный аппарат у детей достаточно развит для того, чтобы они могли демонстрировать точные и скоординированные движения с учетом возникающих условий и ситуаций, заинтересованы в качестве выполнения движений, проявляют волю и прикладывают усилия, когда необходимо выполнить трудное задание. В 5-7 лет старшие дошкольники способны осознанно совершать отдельные движения разными частями тела, тренируя ритмику, ловкость и грацию. Многие из них с удовольствием соревнуются в умениях со сверстниками, развивая дух соперничества. В 6-7 лет мышечная система детей достигает определенного уровня зрелости, что позволяет показывать высокие показатели скорости и активности в целом. Дети этого возраста хорошо справляются с теми заданиями, которые подразумевают задействование мышечных групп, например игры с мячом.

В возрасте 8-11 лет ведущей деятельностью детей становится учение, которое влечет за собой новые обязанности, изменяет весь уклад жизни ребенка. Личностным новообразованием является произвольное целеполагание. Общими характеристиками всех познавательных процессов ребенка становятся их произвольность, продуктивность и устойчивость.

Память в младшем школьном возрасте развивается в двух направлениях – произвольности и осмысленности. Дети произвольно запоминают учебный материал, вызывающий у них интерес, преподнесенный в игровой форме, связанный с яркими наглядными пособиями и т.д. Дети 10-11 лет обладают низкими показателями мышечной силы. Силовые, в особенности статистические, упражнения вызывают у них быстрое развитие охранительного торможения. Таким образом, возрастные особенности детей ограничивают применение силовых упражнений на тренировках. Дети этого возраста более расположены к кратковременным скоростно - силовым упражнениям. Применение статистических упражнений вызывается необходимостью поддержания правильного положения тела при выполнении упражнений. Особое значение статистические упражнения имеют для выработки и сохранения правильной осанки. К подростковому и в особенности к юношескому возрасту, вследствие относительно высокой морфологической и функциональной зрелости двигательного аппарата, создаются благоприятные возможности для развития силы. Дети младшего школьного возраста отличаются незначительной выносливостью. Однако уже к 10-летнего возраста у них повышается способность к неоднократному выполнению скоростной работы (повторный бег на короткие дистанции), а также малоинтенсивной работы (медленный бег) в течение сравнительно продолжительного времени.

Итак, возрастные особенности детей младшего школьного возраста подразумевают под собой большой резерв развития. Это значит, что с началом новой жизни у ребенка начинают перестраиваться все его сознательные процессы, ребёнок приобретает качества, которые свойственны уже взрослым. У ребёнка завязываются межличностные отношения, и все познавательные процессы становятся устойчивыми и продуктивными.

Средний школьный возраст (от 11-12-ти до 15-ти лет) - переходный от детства к юности и характеризуется глубокой перестройкой всего организма.

Характерная особенность подросткового возраста – половое созревание организма. Половое созревание вносит серьезные изменения в жизнь ребенка, нарушает внутреннее равновесие, вносит новые переживания, влияет на взаимоотношения мальчиков и девочек.

Стоит обратить внимание на такую психологическую особенность данного возраста, как избирательность их внимания. Это значит, что они откликаются на необычные, захватывающие уроки и дела, а быстрая

переключаемость внимания не дает возможности сосредотачиваться долго на одном и том же деле.

Значимой особенностью мышление подростка является его критичность. У ребенка появляется свое мнение, которое он старается продемонстрировать как можно чаще. Дети в этот период склонны к спорам и возражениям, слепое следование авторитету взрослого сводится зачастую к нулю.

Средний школьный возраст - самый благоприятный для творческого развития. В этом возрасте учащимся нравится решать проблемные ситуации, находить сходство и различие, определять причину и следствие, самому решать проблему, участвовать в дискуссии, отстаивать и доказывать свою правоту.

Особое значение для подростка в этом возрасте имеет возможность самовыражения и самореализации.

В возрасте 14-17 лет учащихся интересует достижение конкретного определенного результата занятий (укрепление здоровья, улучшение телосложения, увеличение силы мышц и т. п.). В 14-17 лет педагогу дополнительного образования следует ограничить в занятиях упражнения на развитие быстроты движений. С 14 лет целесообразно увеличивать объем упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых и силовых качеств (относительной силы - перемещения мяча относительно юного футболиста), скоростной выносливости. При подготовке юных футболистов особое внимание нужно уделять работе с высокорослыми юношами.

Наполняемость учебной группы - 12- 15 человек.

Учащиеся приходят с разным уровнем подготовки, поэтому и темп освоения учащимися программы различный. Состав групп может быть одновозрастной или разновозрастной.

Программа предусматривает обучение детей с особыми образовательными потребностями: детей с ограниченными образовательными потребностями; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. При необходимости может быть предусмотрена возможность занятий по индивидуальной образовательной траектории.

Набор учащихся в объединение осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей). В объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям футболом. Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

Уровень программы, объем и сроки.

Программа по футболу реализуется один год на базовом уровне.

Программа рассчитана на 1 год обучения, количество учебных часов составляет 144 часа.

Практические результаты и темп освоения программы является индивидуальными показателями, так как зависят от уровня физкультурно-спортивного потенциала, то есть от природных способностей и первичной подготовки учащихся.

Форма обучения и режим занятий.

Очная форма обучения.

При реализации программы возможно использование дистанционных и (или) комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе. Так же возможно использование программы при сетевой и комбинированной формах реализации.

Занятия учебных групп проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Длительность каждого учебного занятия составляет 45 минут, 30 минут для дошкольников 5-6 лет. Перерыв между занятиями – 10-15 минут. Продолжительность одного занятия в объединениях физкультурно-спортивной направленности может составлять 1 час 30 минут.

В электронном обучении занятия проводятся по 30 минут, 20 минут для дошкольников 5-6 лет, остальное время учащиеся выполняют практические задания педагога.

Особенности организации образовательного процесса.

В ходе реализации программы сочетается групповая и индивидуальная работа, работа в группах и парах.

Формы проведения занятий разнообразны: вводное, традиционное, занятие ознакомления, повторения, практическое, обобщения и контроля. Основными формами проведения занятий при реализации программы являются: групповые, теоретические и практические занятия; подвижные игры; эстафеты. Формы и методы обучения: словесные методы: обзорные беседы, обсуждение игровых моментов; наглядные методы: самостоятельный разбор тактических действий игроков, просмотр видео спортивных соревнований по футболу. 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 метод и соревновательный метод применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Освоение тем программы параллельное. Игра в футбол включает внезапные и быстрые передвижения, прыжки, падения и другие действия. В связи с этим волейболист должен обладать моментальной реакцией, быстротой передвижения на площадке, большой скоростью сокращения мышц, прыгучестью и другими качествами в определенных их сочетаниях. Систематическое развитие физических качеств содействует успешному овладению приемами техники игры и тактическими взаимодействиями. В подростковом возрасте физическая подготовка в основном направлена на развитие быстроты, ловкости, скоростно-силовых качеств, общей выносливости. В подростковом возрасте, когда идет упрочение навыков в технике и тактике и их совершенствование, физическая подготовка создает основу для повышения уровня овладения техникой и тактикой. Игра в футбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышцы. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных футболистов. Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений;

- от простого к сложному,
- от частного к общему,
- с использованием технологий лично - ориентированного подхода в обучении.

Материал программы дается в трех разделах: общая физическая, специальная физическая подготовка; техническая подготовка.

В разделах «Общая физическая подготовка» и «Специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техническая подготовка» представлен материал, способствующий обучению техническим приемам игры в футбол.

Формы организации учебного процесса – групповые занятия, которые органично сочетают в себе элементы обучения с развитием физических способностей учащихся. Освоение программы возможно без какой-либо предварительной подготовки.

Формы проведения занятий: занятия проводятся в форме учебной тренировки, теоретической подготовки, двухсторонних игр по футболу, бесед. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15—20-минутных бесед.

Обучение техническим приемам рекомендуется начинать с выполнения их в наиболее простых условиях: удар по неподвижному мячу, ведение на малой скорости и т. д. Обучение ударам и остановкам мяча рекомендуется проводить одновременно. При обучении учащихся технике владения

мячом очень важно стремиться создать у них правильное зрительное представление о конкретном приеме. Показ и объяснение рекомендуется дополнять демонстрацией наглядных пособий.

Затем следует перейти к обучению сочетаниям технических приемов, которые наиболее часто встречаются в игре: остановка мяча - ведение - передача; остановка мяча с уходом в сторону - финт - ведение - передача и т. д. Наряду с этим усложняются и задачи, стоящие перед учащимися. Так, остановку мяча следует выполнять уже в движении — вперед, назад или в сторону, передачу мяча - низом или верхом, сильно или слабо и пр. Основное внимание при этом обращается на овладение правильной двигательной структурой изучаемых приемов, а также на умение согласовывать свои действия с движением мяча. В дальнейшем условия, в которых выполняются технические приемы, усложняются за счет увеличения скорости исполнения приема, введения пассивного и активного сопротивления со стороны партнера. Совершенствование всех технических приемов проводится в игровых упражнениях и в процессе игры в футбол.

Для эффективного обучения технике игры необходимо широко использовать учебное оборудование: отражающие стенки, стойки для обводки, переносные мишени, подвесные мячи, переносные ворота.

Обучение тактике игры следует начинать со зрительной ориентировки (уметь «видеть поле»). Надо научить учащихся постоянно наблюдать за расположением партнеров и соперников, оценивать обстановку и принимать решение до получения мяча или в момент его приема с тем, чтобы после овладения мячом начать действовать без задержки, в соответствии с принятым решением. В упражнение для развития умения «видеть поле» сначала вводят один — два объекта. В этих условиях учащиеся должны держать в поле зрения и мяч и объекты. Затем необходимо увеличить количество объектов и сектор обзора.

Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям проводится в группах по 2-3 человека при двустороннем взаимодействии защиты и нападения, когда одни выполняют атакующие действия (с мячом и без мяча), а другие - защитные действия. Обучение индивидуальным действиям также включает в себя упражнения в выборе позиции для получения мяча, «держании» соперника, своевременной передаче мяча, перехвате передачи, применении ведения, финтов и ударов по воротам. При обучении групповой тактике применяются упражнения во взаимодействии двух и более партнеров посредством передач мяча в движении без смены и со сменой мест, в выборе правильной позиции для срыва атаки и страховки партнера по защите. Индивидуальные и групповые тактические действия совершенствуют в игровых упражнениях на ограниченном участке поля, где участвуют две неравные или равные по количеству противоборствующие группы игроков (4х2, 3х2, 3х3, 4х4 и др.), а также в играх в одни ворота, когда 2—4 нападающих должны обыграть 1—3 защитников и забить мяч в ворота.

Обучение командным действиям начинается с выполнения игроками определенных функций. Обучение командным действиям начинается с мини-футбол (в составе команд по 4-8 игроков), что даёт возможность учащимся легче ориентироваться и взаимодействовать друг с другом. Учащихся обучают правильно располагаться на поле и действовать на соответствующем месте. Перед игрой каждому игроку даётся 2-3 задания, которые он должен выполнять в ходе игры. По мере освоения командной тактикой занимающиеся получают большее количество заданий.

При возникновении обоснованной необходимости, например, в период режима «повышенной готовности», программа может реализовываться с использованием занятий в дистанционном режиме.

В условиях дистанционного обучения применяется электронное обучение: кейс-технологии (рассылка педагогом текстовых, аудио-, видео- и мультимедийных учебно-методических материалов для самостоятельного изучения учащимся при организации регулярных консультаций).

Занятия проходят не только в очном, но и в заочном режиме. Посредством дистанционного общения, учащиеся получают задания от педагога через приложения Телеграмм, ВКонтакте и другие. Выполнение поставленных задач проходит в домашних условиях. При разработке индивидуальных проектов и подготовке к онлайн-конкурсам, учащиеся самостоятельно изучают и подбирают необходимый материал через Интернет-ресурсы.

В дистанционной форме программа реализуется с помощью приложений Телеграмм, ВКонтакте и другие. В приложении создается группа творческого объединения, инструментарий приложения позволяет проводить прямые трансляции с возможностями живого чата и включений учащихся занятий, с возможностью переключения трансляции на каждого из учащихся. В чат можно загружать готовые видео-работы, подключать голосовую связь для участия в опросе и обсуждения темы.

Целью программы является создание условий для развития у учащихся основных физических качеств, двигательных навыков в ходе обучения приёмам техники и тактики игры в футбол.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить с историей возникновения и развития футбола;
- обучить технике передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- обучить технике ведения мяча;
- обучить технике ударов по воротам;
- обучить основам тактики игры.

Личностные:

- формировать навыки здорового образа жизни;
- сформировать потребность в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом;

- воспитать моральные и волевые качества, чувство коллективизма, взаимовыручки, сотрудничества и взаимопонимания.

Личностные:

- формировать навыки здорового образа жизни;
- сформировать потребность в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом;

- воспитать моральные и волевые качества, чувство коллективизма, взаимовыручки, сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные:

- формировать устойчивый интерес, мотивацию к занятиям футболом;
- развивать основные двигательные качества: силу, гибкость, выносливость, координацию, быстроту.

Планируемые результаты.

Предметные результаты обучения:

Предполагается, что в конце обучения учащиеся будут знать:

- историю футбола;
- основы здорового образа жизни;
- технику передачи мяча;
- технику остановки и жонглирования;
- подвижные игры с мячом;
- правила поведения в игре (взаимовыручка, неуступчивость, радость успеха);
- упражнения для развития ловкости.

Предполагается, что в конце обучения учащиеся будут уметь:

- применять на практике знания о здоровом образе жизни;
- использовать на практике технику передачи мяча;
- использовать технику остановки и жонглирования;
- используют игровое мышление во время игры;
- использовать в игре взаимовыручку и неуступчивость;
- выполнять упражнения для развития ловкости.

Личностные результаты: освоения учащимися содержания программы «Юные футболисты» являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся,

проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности.

- сформирован устойчивый интерес, мотивация к занятиям футболом, к здоровому образу жизни;

- развиты основные двигательные качества: сила, гибкость, выносливость, координация, быстрота.

Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	1. Раздел /Модуль 1	68	10	58	
1.1.	Введение в образовательную программу.	2	2	-	Входная диагностика
1.2.	Общая физическая подготовка (ОФП).	12	2	10	Выполнение контрольных нормативов
1.3.	Специальная физическая подготовка (СФП).	10	2	8	Выполнение контрольных нормативов
1.4.	Техническая подготовка.	24	2	22	Наблюдение
1.5.	Тактическая подготовка.	10	2	8	Наблюдение
1.6.	Игровая подготовка.	10	-	10	
2.	Раздел /Модуль 2	76	8	68	
2.1.	Общая физическая подготовка (ОФП).	10	2	8	Выполнение контрольных нормативов
2.2.	Специальная физическая подготовка (СФП).	10	2	8	Выполнение контрольных нормативов
2.3.	Техническая подготовка.	30	2	28	Наблюдение
2.4.	Тактическая подготовка.	12	2	10	Наблюдение
2.5.	Игровая подготовка.	12	-	12	
2.6.	Итоговое занятие.	2	-	2	Итоговая аттестация
	Итого:	144	18	126	

Содержание учебного плана

1.Раздел /модуль 1

1.1. Введение в образовательную программу.

Теория: Правила поведения на занятиях. Перспективы деятельности объединения. Диагностика способностей и возможностей учащихся.

Форма аттестации/контроля: Входная диагностика.

1.2. Общая физическая подготовка (ОФП).

Теория: Понятие ОФП. Функции ОФП.

Практика: Освоение навыков физической подготовки: строевые упражнения: построение в шеренги, колонны, повороты на месте, размыкание строя. Строевые упражнения: перестроения, перемена направления движения строя, переход с шага на бег и обратно, повороты в движении. Общеразвивающие упражнения без предметов: упражнения для рук и плечевого пояса. Общеразвивающие упражнения: упражнения для мышц шеи. Общеразвивающие упражнения: упражнения для туловища в различных исходных положениях. Общеразвивающие упражнения: упражнения для ног. Общеразвивающие упражнения: упражнения с сопротивлением (упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, приседания и др.). Эстафета. Спортивные игры.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных нормативов по ОФП.

1.3. Специальная физическая подготовка (СФП).

Теория: Понятие специальная физическая подготовка. Функции СФП.

Практика: Освоение навыков специальной физической подготовки. Упражнения для развития быстроты: бег из различных стартовых положений. Упражнения для развития быстроты: ускорение на 15, 30. 60 м без мяча и с мячом. Упражнения для развития быстроты: бег прыжками, с изменением направления. Упражнения для развития быстроты: бег с быстрым изменением способа передвижения. Упражнения для развития быстроты: обводка препятствий на скорость. Упражнения для развития быстроты: стартовые рывки с мячом с последующим ударом по воротам. Подвижные игры: «Салки по кругу», «Бегуны», «Сумей догнать». Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: подскоки и прыжки после приседа без отягощений, прыжки на одной и двух ногах с продвижением, с преодолением препятствий. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: беговые и прыжковые упражнения, эстафеты, подвижные игры: «Волк во рву», «Челнок», «Прыжковая эстафета» и др. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: вбрасывание футбольного мяча на дальность, удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота, удары на дальность.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных нормативов по ОФП.

1.4. Техническая подготовка.

Теория: Понятие техническая подготовка футболиста. Функции технической подготовки.

Практика: Освоение навыков технической подготовки. Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, перекрестным и приставным шагом, с изменением направления, скорости. Техника передвижения: прыжки вверх, вверх-вперед, вверх-влево и др.; для вратарей - прыжки в сторону с падением «перекатом». Удары по мячу ногой: удары внутренней стороной стопы,

внутренней и средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары по мячу ногой: удары по прыгающему и летящему мячу ногой. Удары по мячу ногой: выполнение ударов после остановки, рывков, ведения обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность. Удары по мячу головой: удары серединой лба без прыжка и в прыжке. Удары по мячу головой: удары с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары по мячу головой: удары на точность. Остановка мяча: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановка мяча: внутренней стороной стопы, бедром, грудью летящего навстречу мяча. Остановка мяча: с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника. Ведение мяча: ведение внутренней и внешней частью подъема, ведение правой и левой ногой. Ведение мяча: меняя направление движения, между стоек и движущихся соперников. Ведение мяча: изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроля над мячом. Обманные движения (финты) на месте. Обманные движения (финты) при ведении мяча. Обманные движения (финты) в единоборстве. Отбор мяча в подкате. Вбрасывание мяча.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных нормативов по ОФП.

1.5.Тактическая подготовка.

Теория: Понятие тактическая подготовка футболиста. Функции тактической подготовки.

Практика: Освоение навыков тактической подготовки. Индивидуальные действия без мяча: правильное расположение на футбольном поле, умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперников, выбор момента и способа передвижения на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом: целесообразное использование изученных способов ударов по мячу, применение необходимого способа остановок. Групповые действия: взаимодействие двух и более игроков, умение точно и своевременно выполнить передачу партнеру, на свободное место, на удар. Групповые взаимодействия: выполнение короткой или средней передачи, низом или верхом, комбинация «игра на стенку». Групповые взаимодействия: выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях - начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывания мяча.

Форма аттестации/контроля: Педагогическое наблюдение.

1.6. Игровая подготовка.

Практика: Двухсторонняя игра. Игры двумя мячами «накатами» слева и справа. Игры в группе, между собой.

Форма аттестации/контроля: Педагогическое наблюдение.

2. Раздел/модуль 2

2.1.Общая физическая подготовка (ОФП).

Теория: Понятие ОФП. Функции ОФП.

Практика: Закрепление и совершенствование навыков физической подготовки: строевые упражнения: построение в шеренги, колонны, повороты

на месте, размыкание строя. Строевые упражнения: перестроения, перемена направления движения строя, переход с шага на бег и обратно, повороты в движении. Общеразвивающие упражнения без предметов: упражнения для рук и плечевого пояса. Общеразвивающие упражнения: упражнения для мышц шеи. Общеразвивающие упражнения: упражнения для туловища в различных исходных положениях. Общеразвивающие упражнения: упражнения для ног. Общеразвивающие упражнения: упражнения с сопротивлением (упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, приседания и др.). Эстафета. Спортивные игры.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных нормативов по ОФП.

2.2. Специальная физическая подготовка (СФП).

Теория: Понятие специальная физическая подготовка. Функции СФП.

Практика: Закрепление и совершенствование навыков специальной физической подготовки. Упражнения для развития быстроты: бег из различных стартовых положений. Упражнения для развития быстроты: ускорение на 15, 30, 60 м без мяча и с мячом. Упражнения для развития быстроты: бег прыжками, с изменением направления. Упражнения для развития быстроты: бег с быстрым изменением способа передвижения. Упражнения для развития быстроты: обводка препятствий на скорость. Упражнения для развития быстроты: стартовые рывки с мячом с последующим ударом по воротам. Подвижные игры: «Салки по кругу», «Бегуны», «Сумей догнать». Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: подскоки и прыжки после приседа без отягощений, прыжки на одной и двух ногах с продвижением, с преодолением препятствий. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: беговые и прыжковые упражнения, эстафеты, подвижные игры: «Волк во рву», «Челнок», «Прыжковая эстафета» и др. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: вбрасывание футбольного мяча на дальность, удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота, удары на дальность. Круговая тренировка с элементами футбола.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных нормативов по ОФП.

2.3. Техническая подготовка.

Теория: Понятие техническая подготовка футболиста. Функции технической подготовки.

Практика: Совершенствование навыков технической подготовки. Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, перекрестным и приставным шагом, с изменением направления, скорости. Техника передвижения: прыжки вверх, вверх-вперед, вверх-влево и др.; для вратарей - прыжки в сторону с падением «перекатом». Удары по мячу ногой: удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары по мячу ногой: удары по прыгающему и летящему мячу ногой. Удары по мячу ногой: выполнение ударов после остановки, рывков, ведения обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность. Удары по мячу головой: удары серединой лба без прыжка и в

прыжке. Удары по мячу головой: удары с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары по мячу головой: удары на точность. Остановка мяча: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановка мяча: внутренней стороной стопы, бедром, грудью летящего навстречу мяча. Остановка мяча: с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника. Ведение мяча: ведение внутренней и внешней частью подъема, ведение правой и левой ногой. Ведение мяча: меняя направление движения, между стоек и движущихся соперников. Ведение мяча: изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроля над мячом. Обманные движения (финты) на месте. Обманные движения (финты) при ведении мяча. Обманные движения (финты) в единоборстве. Отбор мяча в подкате. Вбрасывание мяча.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных нормативов по ОФП.

2.4.Тактическая подготовка.

Теория: Понятие тактическая подготовка футболиста. Функции тактической подготовки.

Практика: Совершенствование навыков тактической подготовки. Индивидуальные действия без мяча: правильное расположение на футбольном поле, умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперников, выбор момента и способа передвижения на свободное место с целью получения мяча. Тактика обороны. Совершенствование защитных действий. Тактика защиты. Совершенствование нападающих действий.

Форма аттестации/контроля: Педагогическое наблюдение.

2.5. Игровая подготовка.

Практика: Двухсторонняя игра. Игры двумя мячами «накатами» слева и справа. Игры в группе, между собой.

Форма аттестации/контроля: Педагогическое наблюдение.

2.6. Итоговое занятие.

Практика: Итоговая аттестация. Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП.

Форма аттестации/контроля: Тестирование.

Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».

Календарный учебный график составляется ежегодно в соответствии с учебным планом для каждой учебной группы. Предусматривается также обучение с отдельными учащимися по индивидуальной образовательной траектории.

1.Количество учебных недель – 36.

2.Количество учебных часов всего – 144 ч., из них: теоретических – 18 ч.; практических – 126 ч.

Календарный учебный график

п/п	Дата проведения занятий		Тема занятий	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
	План	Факт				
			1.Раздел/модуль 1	68		
1.			1.1.Введение в образовательную программу.	2	Беседа	Входная диагностика
			1.2.Общая физическая подготовка (ОФП).	12		
2.			Понятие ОФП. Функции ОФП.	2	Беседа с элементами практики	Опрос
3.			Строевые упражнения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
4.			Общеразвивающие упражнения без предметов.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
5.			Общеразвивающие упражнения: упражнения для мышц шеи.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
6.			Общеразвивающие упражнения: упражнения для туловища в различных исходных положениях.	2	Учебно-тренировочное занятие	

			1.3. Специальная физическая подготовка (СФП).	10		
7.			Понятие специальная физическая подготовка. Функции СФП.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
8.			Освоение навыков специальной физической подготовки. Упражнения для развития быстроты.	2	Учебно-тренировочное занятие	
9.			Упражнения для развития быстроты: ускорение на 15, 30, 60м без мяча и с мячом.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
10.			Бег прыжками с изменением направления.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
11.			Бег с быстрым изменением способа передвижения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
12.			Упражнения с футбольными, волейбольными мячами.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
			1.4.Техническая подготовка.	24		
13.			Понятие техническая подготовка футболиста. Функции технической подготовки.	2	Учебно-тренировочное занятие	Опрос
14.			Освоение навыков технической подготовки. Техника передвижения.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
15.			Прыжки вверх, вверх-вперед, вверх-влево и т.д.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
16.			Удары по мячу ногой, удары внутренней	2	Учебно-тренировочное	Наблюдение

			стороной стопы, внутренней и средней частью подъема.		занятие	
17.			Удары по прыгающему и летящему мячу ногой.	2	Учебно-тренировочное занятие	
18.			Выполнение ударов после остановки, рывков, ведения обманных движений.	2	Учебно-тренировочное занятие	
19.			Удары серединой лба без прыжка и в прыжке.	2	Учебно-тренировочное занятие	
20.			Удары с места и с разбега по летящему навстречу мячу.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
21.			Удары по мячу головой, удары на точность.	2	Учебно-тренировочное занятие	
22.			Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
23.			Остановка мяча: внутренней стороной стопы, бедром, грудью летящего навстречу мяча.	2	Беседа с элементами практики	
24.			Физическая подготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	2	Учебно-тренировочное занятие	
			1.5. Тактическая подготовка.	10		
25.			Понятие тактическая подготовка футболиста, функции тактической подготовки.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение

26.			Освоение навыков тактической подготовки.	2	Учебно-тренировочное занятие	
27.			Индивидуальные действия без мяча.	2	Учебно-тренировочное занятие	
28.			Индивидуальные действия с мячом.	2	Учебно-тренировочное занятие	
29.			Определение игровой ситуации целесообразной для использования ведения мяча.	2	Учебно-тренировочное занятие	
			1.6.Игровая подготовка	10		
30.			Двухсторонняя игра.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
31.			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
32.			Игры двумя мячами «накатами» слева и справа.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
33.			Двухсторонняя игра.	2	Учебная игра	Наблюдение
34.			Двухсторонняя игра.	2	Учебная игра	Наблюдение
			2. Раздел/модуль 2.	76		
			2.1.Общая физическая подготовка (ОФП).	10		
35.			Лазание, перелазания в различных исходных положениях по гимнастической стенке.	2	Беседа с элементами практики	
36.			Упражнения с футбольными, волейбольными	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение

			мячами.			
37.			Упражнения с футбольными, теннисными мячами.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
38.			Упражнения с футбольными, волейбольными мячами.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
39.			Физическая подготовка футболистов.	2	Учебно-тренировочное занятие	
			2.2. Специальная физическая подготовка (СФП).	10		
40.			СФП для развития быстроты на ускорение 20-30 м.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
41.			Физическая подготовка СФП.	2	Учебно-тренировочное занятие	
42.			СФП для развития быстроты на ускорение 100 м.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
43.			СФП для развития ловкости.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
44.			СФП. Круговая тренировка с элементами футбола.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
			2.3.Техническая подготовка.	30		
45.			Совершенствование техники передвижения. Повороты, выпады.	2	Учебно-тренировочное занятие	
46.			Удары внутренней стороной стопы.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
47.			Ведение, выбивание мяча, остановка мяча.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение

48.			Остановка мяча ногой, туловищем, головой.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
49.			Финты уходом, ударом ногой, головой, остановка туловищем.	2	Учебно-тренировочное занятие	
50.			Отбор мяча: в выпаде, в подкате.	2	Учебно-тренировочное занятие	
51.			Техника владения мячом: ловля, отбивание, переводы, броски.	2	Учебно-тренировочное занятие	
52.			Совершенствование ударов по мячу.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
53.			Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты.	2	Учебно-тренировочное занятие	
54.			Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
55.			Силовые единоборства: отбор плечом, бедром.	2	Беседа с элементами практики	
56.			Совершенствование ударов по мячу.	2	Учебно-тренировочное занятие	
57.			Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
58.			Совершенствование ударов по мячу.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
59.			Отбор мяча: в выпаде, в подкате.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
			2.4. Тактическая подготовка.	12		

60.			Совершенствование изучения функций игроков: центральный нападающий, крайний нападающий, защитник.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
61.			Тактика обороны: индивидуальная, опека, отбор мяча.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
62.			Тактика нападения: индивидуальные качества игрока, обводка, прием мяча, контратака.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
63.			Совершенствование защитных действий.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
64.			Совершенствование нападающих действий.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
65.			Совершенствование тактических действий.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
			2.5.Игровая подготовка	12		
66.			Двухсторонняя игра.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
67.			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
68.			Игры двумя мячами «накатами» слева и справа.	2	Учебно-тренировочное занятие	Наблюдение
69.			Двухсторонняя игра.	2	Учебная игра	Наблюдение
70.			Двухсторонняя игра.	2	Учебная игра	Наблюдение
71.			Товарищеская встреча внутри объединения.	2	Учебная игра	
72.			2.6. Итоговое занятие	2	Практикум	Итоговая аттестация

		ИТОГО:	144		
--	--	---------------	------------	--	--

Условия реализации программы.

Материально-техническое оснащение:

Для реализации программы необходимы следующие материалы и оборудование:

- учебный класс;
- спортивный зал;
- раздевалки;
- душевые комнаты;
- тренажёрный зал;
- открытое плоскостное сооружение для футбола с искусственным покрытием;

- комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная);

- комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);
- комплект футбольных мячей (на команду);
- переносные футбольные ворота;
- воротные сетки;
- набивные мячи;
- скакалки;
- компрессор для накачки мячей;
- стойки и «пирамиды» для обводки;
- гимнастические маты;
- арки для отработки точности передач;
- видеоматериалы о технических приёмах в футболе;
- DVD-диск о тактике защиты и нападения;
- мячи для метания;
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- канат.

Информационное обеспечение:

Интернет – ресурсы, видеоматериалы.

Кадровое обеспечение: Для реализации программы требуется педагог дополнительного образования, имеющий педагогическое образование (или курсовую переподготовку), обладающий знаниями в предметной области, имеющий практические навыки. Знающий специфику учреждения и владеющий ИКТ.

Формы аттестации. Важным моментом работы по данной программе является отслеживание результатов. Контроль позволяет определять степень эффективности обучения, проанализировать результаты, внести коррективы в учебный процесс, позволяет детям, родителям, педагогам увидеть результаты своего труда, создает благоприятный психологический климат в коллективе. Для оценки эффективности реализации программы используются следующие критерии:

- состояние здоровья учащихся;
- стабильность состава занимающихся, регулярность посещения ими тренировочных занятий;
- гармоничное развитие учащихся;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Наиболее эффективной формой педагогического контроля физической подготовленности учащихся является тестирование. Тест – это измерение или испытание, проводимое для определения способностей или состояния человека.

Проводится контроль по каждому двигательному качеству и анализирует результаты тестирования. Итоги контроля позволяют устранить выявленные недостатки. Учащиеся выполняют тесты в определенной последовательности:

- на быстроту и координацию;
- на скоростно-силовые качества и гибкость;
- на силу;
- на выносливость.

Общую физическую подготовку отслеживают по положительной динамике методом: диагностики, тестов, зачетных занятий. Наблюдение, беседы, анкетирование проводятся для изучения педагогом изменений внутреннего мира ребенка, его интересов, потребностей, проблем, знание которых позволяет строить воспитательную работу в группе, индивидуальные отношения с каждым учащимся и максимально индивидуализировать процесс обучения.

Сформированность технических навыков отслеживается педагогом:

- методом наблюдения;
- тестированием уровня физической подготовки;
- тестированием моторных способностей.

Для отслеживания спортивных результатов проводятся контрольные тесты по мини-футболу, товарищеские игры, двухсторонние игры.

1. Теоретические знания (соблюдение правил безопасности на занятиях, знания по упражнениям закаливания и личной гигиене, техника и тактика ведения мяча, правила игры в футбол.);

2. Посещение учащимися занятий;

3. Выполнение нормативов по данной программе.

Формы контроля результативности обучения.

Теоретическая подготовка Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела теоретическая подготовка осуществляется посредством использования таких методов как опрос, собеседование, творческое задание, экзамен по билетам. Уровень освоения учащимися теоретических знаний определяется по 5-и бальной системе в конце учебного года (апрель-май).

Тесты для определения скоростных качеств. 1. Бег на 10 метров с ходу (тест позволяет оценивать скоростные качества ребенка и его реакцию на сигнал). Ориентировочные показатели 3-2 сек. 2. Бег на 30 метров с высокого старта (определяется максимальная скорость реакция на сигнал и частота многократных повторяющихся действий). Ориентировочные показатели 8,5 – 6,2 сек.

Тесты на определения скоростно-силовых качеств. 1. Прыжок в длину с места (оценивает ловкость и скорость движения). Ориентировочные показатели 90-145 см. 2. Бросок теннисного мяча удобной рукой (тест позволяет определить скоростную реакцию ребенка). Ориентировочные показатели 4-15 метров.

Тесты для определения ловкости и координационных способностей. 1. Челночный бег 3 раза по 10 метров (выявляется способность быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки). Ориентировочные показатели 12,-9,5 сек.

Общефизическая подготовка. Оценка уровня общефизической подготовки учащихся осуществляется путем сдачи и выполнения контрольных тестовых заданий и упражнений, которые проводятся в начале и в конце учебного года (сентябрь, май): бег на короткие дистанции; бег без учёта времени; сгибание-разгибание рук в упоре лёжа; подтягивание на высокой перекладине; поднимание туловища за 1 мин.

Освоение основных элементов футбола. Педагогическое тестирование, по данному виду проводится в середине и конце учебного года (декабрь, май). Контроль за освоением учащимися основных элементов футбола осуществляется при помощи систематических наблюдений и выполнения учащимися контрольных тестовых упражнений: Удар по мячу на точность (свор ворот 3м, 3-5 попыток сумма правой и левой ногой). Комплексное упражнение: ведение 10 м., обводка 3-х стоек, поставленных на 12 метровом отрезке, с последующим ударом в цель (2,5 на 1,2 м.) с расстояния 6 м - из трёх попыток (сек). Бег на 30 метров с ведением мяча (с). Жонглирование (кол-во ударов).

Освоение игровых действий. Контроль за освоением учащимися игровых действий осуществляется методом наблюдения, в результате которого выносятся оценочные суждения по овладению учащимися игровыми действиями (тактическими действиями) соответственно возрастной группе и

периоду обучения. По итогам выносятся оценочные суждения по выполнению учащимися действий в защите и нападении с учётом выполнения игроками тех или иных функций: умение ориентироваться на поле: свои, чужие ворота; увеличение количества ворот; 3-4 одновременно играющие команды; игра на малой площадке с переходом на большую и наоборот; игра на маленькие ворота с переходом на большие и наоборот. Умение распределять игроков при личной защите: один игрок «держит» одного игрока другой команды по силам; уметь переключаться от игры в защите в игру в нападение: игра в нападении с одним нейтральным; игра в обороне с одним нейтральным; подстраховка партнёра по обороне (2-а нападающих против 3-х защитников и наоборот); умение вводить мяч в игру после аута, штрафного и свободного ударов; умение правильно выбирать решение: выбор позиции; удар в створ ворот либо передача партнёру (игра 2 x 0, 2 x 1).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, результаты учебных двухсторонних игр.

Оценочные материалы.

Оценочными материалами являются результаты диагностических исследований, контрольных занятий, проводимых в форме викторины, тестов выполнения практического задания по ОФП и СФП, а также участие в соревнованиях по футболу по упрощённым правилам игры.

Главным результатом реализации программы является создание ситуации успеха для каждого ребенка, а главным критерием оценки учащегося является не столько его талантливость, сколько его способность трудиться, способность упорно добиваться достижения нужного результата, ведь овладеть всеми секретами спортивной игры в футбол может каждый, по-настоящему желающий этого ребенок.

Перечень диагностических материалов, используемых в работе: «Итоговая аттестация» (*Приложение 1*), «Нормативные требования для учащихся для входной диагностики» (*Приложение 2*), «Кроссворды на тему «Футбол»» (*Приложение 3*).

Методические материалы.

Учебный материал программы подобран в соответствии с возрастными особенностями учащихся. Во время групповых тренировок учитываются индивидуальные особенности каждого игрока. Основные методы спортивной тренировки можно разделить на три подгруппы: практические, словесные, наглядные.

Практические методы спортивной тренировки, основанные на двигательной деятельности учащегося, подразделяются на методы упражнений, игровой и соревновательный методы.

При использовании методов упражнений деятельность занимающихся организуется и регулируется с достаточно полной регламентацией, которая обеспечивает оптимальные условия для усвоения двигательных навыков и гарантирует точно направленное воздействие на развитие физических качеств, способностей.

Методы упражнений имеют несколько вариантов, применение которых зависит от ряда аспектов. В процессе разучивания двигательных действий выделяют два основных методических подхода: разучивание действий в целостном и расчлененном виде. Метод целостного упражнения применяют при изучении, как простейших двигательных действий, так и сложных, которые нельзя расчленить без существенного искажения их характеристик.

Метод расчлененного упражнения предполагает разучивание отдельных относительно самостоятельных частей, элементов, фаз изолированно, и лишь после определенного усвоения они соединяются в целостное действие.

Сопряженный метод используется в процессе совершенствования в технике, тактике с параллельным развитием физических качеств. При выполнении технико-тактических действий применяют различного рода отягощения (пояса, жилеты, утяжеленную обувь, мячи и т.д.) строго определенного веса, не искажающие технику движений.

Иную основу имеет метод избирательных воздействий. Характерная черта этого метода – преимущественная направленность воздействия на те или иные функциональные свойства организма, что достигается посредством специальных упражнений, которые нередко могут иметь относительно локальный характер (например, упражнения с отягощениями, направленные на развитие отдельных мышечных групп, старты из различных исходных положений, направленные на развитие стартового ускорения, и т.д.).

Следующая группа методов основана на различных способах регламентации режима нагрузки и отдыха.

Равномерный метод характеризуется непрерывным выполнением физических упражнений в течение относительно длительного времени с постоянной интенсивностью (как правило, невысокой), темпом, величиной усилия (например, кроссы, плавание, ведение мяча и т.д.).

Переменный метод определяется направленным изменением воздействующих факторов по ходу выполнения упражнения. Это достигается за счет варьирования нагрузки в ходе непрерывного упражнения путем изменения скорости передвижения, темпа, величины усилий, амплитуды движений, изменения техники и т.п.

Повторный метод заключается в многократном выполнении упражнений с определенными интервалами отдыха. Длительность упражнения, интенсивность нагрузки, продолжительность отдыха, количество повторений зависят от решаемых задач. К преимуществам данного метода можно отнести возможность четкой организации

занимающихся, достаточно точной регламентации нагрузки, своевременного исправления ошибок.

Интервальный метод характеризуется многократным серийным повторением упражнений через определенные интервалы отдыха между повторениями и между сериями повторений.

Применение интервального метода требует осторожности и строгого контроля над компонентами нагрузки. Несоответствия их содержания и структуры может привести к перенапряжению и переутомлению.

Круговая тренировка – это организационно-методическая форма занятий, основу которой составляет серийное (непрерывное и с интервалами) повторение упражнений, подобранных и объединенных в комплексе, которые выполняются в порядке последовательной смены «станций» по замкнутому контуру.

Большинство упражнений носит локальный характер, т.е. воздействует на определенную мышечную группу, на определенное физическое качество.

В форме круговой тренировки совершенствуются также и отдельные технико-тактические навыки.

Ценной чертой круговой тренировки является возможность строго индивидуальной дозировки нагрузки.

Игровой метод представляет собой двигательную деятельность игрового характера, определенным образом упорядоченную (замысел, план игры, правила и т.д.). В игровом методе могут быть использованы различные физические упражнения: бег, прыжки, метания, акробатические упражнения, технико-тактические и другие упражнения, выполняемые в форме подвижных игр, эстафет и специальных игр с мячом.

Соревновательный метод основан на сопоставлении сил в условиях упорядоченного (в соответствии правилами) соперничества, борьбы за первенство или возможно более высокого достижения в соревнованиях и играх различного ранга.

Особенности этого метода (официальное определение победителей, награды за достигнутые результаты, признание общественной значимости достижений и т.д.) создают особый эмоциональный и физиологический фон, который усиливает воздействие физических упражнений и способствует максимальному проявлению функциональных возможностей организма.

Словесные методы. С помощью методов использования слова сообщаются теоретические сведения, ставятся конкретные задачи, формируется отношение к выполнению тренировочных заданий, анализируются и оцениваются результаты.

Методы обеспечения наглядности. Их условно можно разделить на две группы: методы непосредственной наглядности и методы опосредованной наглядности.

К первым относятся различные формы методически организованного показа самих упражнений (в целом или по частям, замедленно или в обычном темпе и т.д.). В силу специфики игры, ее командного характера

преимущество отдается групповым занятиям. Структура занятия. Тренировочное занятие строится по типу, типовой структуры занятий.

Подготовительная часть. Данная часть тренировочного занятия вводит детей в работу, которая запланирована, организует их, устанавливает контакт между детьми и педагогом. Организм спортсмена подготавливается к выполнению предстоящей физической нагрузке, т. е. к выполнению более сложных упражнений основной части занятия. Для содержания первой части занятия характерны строевые и порядковые упражнения, быстрая ходьба, легкий бег, прыжки на месте и в продвижении, упражнения на быстроту и точность реакции, на внимание и другие. Главная задача этой части занятия - четкая организация детей, приобретение ими навыков коллективного действия; эти упражнения воспитывают дисциплину, повышают внимание. Не стоит в один урок включать много строевых упражнений и нельзя давать все время одни и те же движения.

Основная часть. Задача основной части занятия - овладение главными, жизненно-необходимыми и специальными навыками, которые содействуют освоению спортивного вида футбол. Также предусматривает развитие, и совершенствование ориентировки во времени и пространстве, координации движений, силы, быстроты, устойчивости, самостоятельности и других психофизических качеств. Наиболее характерны для этой части занятия не только такие традиционные упражнения как ходьба, бег, прыжки, упражнения в равновесии, упражнения для развития быстроты и точности, дыхательные упражнения, но и специальные упражнения. Кроме упражнений для развития общей выносливости, мышечной памяти, применяются упражнения, развивающие творческое мышление.

Заключительная часть. Задачи этой части занятия - завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести детей в более спокойное состояние. Основные средства - медленная ходьба, упражнения на восстановления дыхания.

Требования, предъявляемые к занятиям 1. Занятия должны иметь ясную цель, намечаемую педагогом в соответствии с общей целью обучения и тренировки. 2. Занятия должны воспитывать у детей мораль, трудолюбие, дисциплину. 3. Строить занятия надо таким образом, чтобы учащиеся сознательно и прочно овладели двигательными навыками и в нужной степени развивали двигательные качества. 4. Каждое отдельно взятое занятие должно представлять собой неразрывную часть в общей цепи занятий. 5. Содержание занятий должно отвечать задачам улучшения физического развития учащихся, расширять круг их знаний, умений и навыков. 6. На занятиях надо применять разнообразные методы обучения и совершенствования мастерства детей, соответствующие цели и содержанию занятия, степени подготовленности и возрастным особенностям занимающихся. В работе объединения «Футбол» имеет особое значение приобретение практических знаний, умений, навыков по определению игровых склонностей футболистов, с учетом желания учащегося выполнять

функции вратаря, защитника, полузащитника или нападающего. Изучение элементарных навыков судейства, знания о самоконтроле, ознакомление с тактическими схемами ведения игры.

Большинство практических занятий проводятся на открытом воздухе. Зимой занятия на улице проводятся в тихую погоду или при слабом ветре (1,5 – 2 м/с), при температуре не ниже – 17 градусов.

Для эмоциональности занятий используются игры, эстафеты, игровые упражнения, соревнования с использованием футбольного мяча. Структура проведения занятия по обучению игре в футбол:

I. Комплексное занятие, решающее задачи физической, технической и тактической подготовки.

Подготовительная часть.

1. Упражнения общей разминки.
2. Упражнения специальной разминки.

Основная часть.

1. Упражнения на быстроту и ловкость (без мяча и с мячом). 2. Упражнения на совершенствование технических приемов. 3. Техничко-тактические упражнения. 4. Двухсторонняя игра или упражнения на выносливость.

Заключительная часть.

1. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.
2. Дыхательные упражнения.

II. Комплексное занятие, решающее задачи технической и физической подготовки

Подготовительная часть.

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Упражнения на ловкость и гибкость.

Основная часть.

1. Изучение нового технического приема.
2. Упражнения, направленные на развитие быстроты.
3. Совершенствование технических приемов без единоборств и с применением сопротивления соперника.
4. Совершенствование технико-тактических приемов в учебной игре.

Заключительная часть.

1. Подвижная игра: «Охотники и утки» или «Мяч по кругу».
2. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.

III. Комплексное занятие, решающее задачи технической и тактической подготовки.

Подготовительная часть.

1. Различные беговые упражнения.
2. Упражнения с мячом в парах и больших группах.

Основная часть.

1. Изучение технических приемов.
2. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий.

3. Игровые упражнения, направленные на воспитание тактического взаимодействия.

4. Совершенствование технико-тактических действий в двухсторонней игре.

Заключительная часть.

Медленный бег, ходьба, упражнения на внимание и равномерное дыхание.

Методика проведения комплексных занятий. Комплексное занятие в основном состоит из специально-подготовительных и общеподготовительных упражнений, упражнений по тактической и технической подготовке или их комбинации. При этом упражнения по физической подготовке должны увязываться с основным содержанием занятий. Специализированное занятие более узкое по содержанию, однако, более целенаправленное, чем предыдущая форма подготовки. Такие занятия могут иметь исключительно теоретический характер. В данном случае занятия проводят в виде беседы или лекции с демонстрацией соответствующих учебных фильмов и видеоматериалов. Независимо от вида занятия они должны всесторонне развивать учащихся. Все задачи решаются комплексно. Решение многих задач нужно планировать и осуществлять, учитывая периодическое возвращение к ним на дальнейших занятиях. Еще до начала занятия должна начинаться его организация. Она состоит из подготовки мест занятий, нужного инвентаря и оборудования, соблюдения устанавливаемых порядков в местах переодевания, своевременного построения в устанавливаемых местах. Подобной предварительной подготовкой создается положительный эмоциональный фон среди футболистов, что настраивает на плодотворные и интенсивные занятия. Занятия должны иметь определенную структуру и последовательность. Оно включает 3 части: вводную, основную и заключительную. Занятия делятся на 3 части из-за фазового изменения работоспособности при осуществлении мышечной (физической) работы, меняющейся за занятие таким образом: - фаза повышения (повышение работоспособности по мере «вработывания», согласование разных систем организма – сердечно-сосудистой, мышечной, центральной нервной, дыхательной – на высшем уровне функционирования); - фаза устойчивости (сохранение повышенной работоспособности на некоторое время); - фаза снижения (снижение работоспособности из-за нарастающего утомления). 1-ая фаза соответствует вводной части занятия, 2-ая – основной, 3-я – заключительной. Вводной частью решается задача подготовки к активному и сознательному выполнению основных задач занятия в физиологическом и психологическом плане. Психологическая подготовка предусматривает сосредоточение внимания на решении главных задач занятия при помощи физических заданий и упражнений на внимание. С помощью физиологической подготовки достигается готовность организма юных футболистов к дальнейшим более значительным и интенсивным нагрузкам, и выполняются главные задачи занятия. Для этого применяются разные подготовительные и общеразвивающие упражнения. Эту часть начинают с построения

обучающихся, рапорта дежурного или старосты и постановки задач занятия педагогом дополнительного образования. Основная часть подразумевает решение главных задач занятия при оптимальной работоспособности. Сначала проходит обучение новому материалу. Совершенствование и закрепление приемов выполняется ближе к концу или в середине основной части занятия.

Заключительная часть необходима для достижения перехода организма из состояния высокой функциональной активности в спокойное состояние. Здесь применяются упражнения на формирование правильной осанки, ходьба, жонглирование мячом разными частями тела, строевые упражнения, медленный бег, упражнения на расслабление мышц. Часть заканчивается подведением результатов занятия. Во многом эффективность занятия определяет нагрузка, получаемая учащимися от физических упражнений. Педагог при каждом занятии должен стремиться достигать большего объема полезных нагрузок. Важна правильная регулировка физических нагрузок, т.е. определенное влияние физических упражнений на организм. Чем объем нагрузки больше, тем ее интенсивность меньше. Нарращивание нагрузок на занятиях в младшем школьном возрасте должно проходить за счет увеличения ее объема, а затем при постепенном развитии возможностей организма, как правило, за счет интенсивности. На каждом занятии физическую нагрузку нужно постепенно увеличивать, достигая ко 2-ой половине занятия максимума и к концу занятия снижаясь. Чтобы устранять недостатки в подготовке юных футболистов или углубить освоение учебных материалов в работе, используются индивидуальные задания.

Программа нацелена на использование современных технологий (набор знаний, умений и навыков, направленных на укрепление здоровья детей и подростков):

- здоровьесберегающие технологии: в целях создания безопасных условий для занятий и рациональной организации образовательного процесса (с учетом возрастных, половых, индивидуальных особенностей занимающихся при соблюдении гигиенических требований), а также соответствия физической нагрузки возрастным особенностям учащихся;

- технологии обучения здоровью: включающие гигиеническое обучение (правильное питание, гигиена тела), обучение жизненным навыкам в общении (управление эмоциями, разрешение конфликтов), осознанное соблюдение техники безопасности на занятиях, профилактику вредных привычек;

- оздоровительные технологии: в целях решения задач укрепления физического здоровья учащихся.

В системе дополнительного образования создана та самая атмосфера комфортности и уюта - «ситуация успеха» по Выготскому, партнёрские отношения между педагогом и учащимися, которая помогает подростку «раскрыться», найти себя. Во многом успех подростка зависит от умения педагога организовать занятия и найти индивидуальный подход к каждому. Поэтому всё обучение строится на основе личностно-ориентированного

подхода с использованием *технологий личностно-ориентированного обучения* (Якиманская И.С.), которые ставят в центр личность подростка, обеспечение комфортных, бесконфликтных и безопасных условий её развития, реализации её природного потенциала.

Используя *технологии сотрудничества* (Амонашвили Ш.А.) педагог и учащийся совместно вырабатывают цели, содержание занятия, дают оценки полученным спортивным результатам по футболу.

Технология *свободного воспитания* (А. Маслоу, К.Роджерс, Сухомлинский В.А.) предоставляет подростку свободу выбора и самостоятельности. Осуществляя выбор, он (подросток) наилучшим способом реализует позицию субъекта, идя к результату от внутреннего побуждения, а не от внешнего воздействия.

Календарные учебные графики могут корректироваться педагогом в процессе учебного года в связи с погодными условиями и эпидокружением в Краснодарском крае.

Методика проведения очных занятий предусматривает теоретическую подачу материала и практическую работу, а в заочных занятиях дистанционную через интернет общение с педагогом.

В процессе реализации программы используются следующие методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный, поисковый, проблемный;
- креативный через интернет ресурсы: Телеграмм, ВКонтакте, с обсуждением на коллективных видео-конференциях;
- видео мастер-класс, форумы, дискуссии;
- видео-консультирование, в том числе, очный или дистанционный прием итогового теста;
- дистанционные конкурсы, фестивали, выставки мастер-классы;
- электронные экскурсии, телеконференции.

Профориентационная работа.

Большое внимание в программе уделяется формированию современных профессиональных компетенций, определенных в соответствии с «Атласом новых профессий», среди которых:

- системное мышление;
- управление проектами;
- навыки спортивного мастерства в игре в футбол;
- экологическое мышление;
- межотраслевая коммуникация;
- и многое другое.

В процессе обучения по программе учащиеся знакомятся с профессиями, создают личную молекулу профессионального успеха, в рамках организованной проектно-исследовательской деятельности, направленной на решение кейсов от представителей реального сектора экономики и общественности.

Воспитательная работа. Воспитание – это целенаправленное управление процессом становления личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией учащихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Педагог решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста учащихся и взаимоотношений внутри учебной группы, учитывая при этом индивидуальные особенности каждого учащегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации творческого потенциала ребенка, обеспечение активной социальной адаптации, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по преодолению собственных проблем.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебных занятий, так и в процессе подготовки и участия детей в массовых мероприятиях. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины. В работе с учащимися применяется широкий круг средств и методов воспитания:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования.

Воспитательная работа в рамках образовательного процесса осуществляется в соответствии с планом воспитательной работы.

План воспитательной работы

Месяц	Мероприятие
Сентябрь	Спортивное мероприятие, посвященное Всемирному дню туризма.
	Профориентационное занятие «Я выбираю профессию».
	Участие в «Неделе безопасности на дорогах».
Октябрь	Поход по окрестностям станицы Медведовской.
	Брейн-ринг «Все профессии важны, все профессии нужны».
Ноябрь	Мероприятие, посвященное Дню матери.
	Конкурсная программа «Путешествие в мир профессий».
	Участие в акции «День энергосбережения».
Декабрь	Тематическое занятие «Я гражданин России».
	Фотоконкурс «Профессии моих родителей».
Январь	Спортивные мероприятия «Молодежь за здоровый образ жизни»
	Акция «Блокадный хлеб».
Февраль	Спортивное мероприятие «Быстрее, выше, сильнее».
	Участие в мероприятиях месячника военно-патриотического воспитания.

Март	Участие в краевой акции «Физическая культура и спорт – альтернатива пагубным привычкам».
	Конкурс рисунков «Моя мама профессионал».
Апрель	День Победы: акция «Бессмертный полк», «Георгиевская ленточка», «Окна Победы».
	Соревнования по мини-футболу.
Май	Анкетирование учащихся на выявление профессиональной направленности «Я выбираю профессию».
	Игра-квест «Дорогами Победы».

Список литературы, рекомендуемой для педагога

Основная литература

1. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов. – М.: Физкультура, образование, наука, 2018.
2. Голомазов, С.В. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений»: уч.-методич. пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2017.
3. Голомазов, С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом: уч.-методич. пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2019.
4. Голомазов, С.В. Футбол. Универсальная техника атаки: уч.-методич. Пособие / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2015.
5. Перепекин, В.А. Восстановление работоспособности футболистов. – 2-е изд. – М.: Олимпия Пресс, ТВТ Дивизион, 2020.
6. Казаков, П.Н. Футбол. - М.: Физкультура и спорт, 2019.

Интернет-ресурсы:

1. Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма - www.sportedu.ru/
2. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту – <http://lib.sportedu.ru/>
3. ФГБОУ ВПО «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма» - www.kgafk.ru

Дополнительная литература

1. Колодницкий, Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М. В. Внеурочная деятельность учащихся (футбол).- М.: Просвещение, 2019.
2. Качани, Л., Горский Л. Тренировка футболистов. – Братислава: Шпорт, словацкое физкультурное издательство, 2017.

Список литературы, рекомендуемой для учащихся

1. Андреев, С.Н. Мини-футбол. - М.: Физкультура и спорт, 2019.
2. Лопачев, Ю.Н. Азбука кожаного мяча. – Ташкент: Медицина, 2020.
3. Сучилин, А.А. Футбол во дворе.- М.: Физкультура и спорт, 2017.
4. Смирнов, А. Футбольная энциклопедия.- М.: Вече АСТ, 2018.
5. Цицин, Б.Я., Лукашин, Ю.С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт, 2017.

Итоговая аттестация

Итоговая аттестация учащихся физкультурно-спортивного объединения по программе «Юные футболисты» - неотъемлемая часть образовательного процесса, так как позволяет всем его участникам оценить результат освоения учащимися программы по футболу базового уровня.

Цель: определение качества обученности учащихся по программе «Юные футболисты» физкультурно-спортивного объединения.

Задачи:

- определение уровня теоретической подготовки учащихся по программе «Юные футболисты» физкультурно-спортивного объединения;
- выявление степени сформированности практических умений и навыков учащихся;
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов качества обученности учащихся по программе «Юные футболисты» физкультурно-спортивного объединения.

Подготовка и проведение аттестации

Итоговая аттестация предполагает выявление уровня теоретической и практической подготовки учащихся физкультурно-спортивного объединения по программе «Юные футболисты».

Уровень теоретической подготовки выявляется с помощью тестирования либо открытых ответов на вопросы на знание терминологии по футболу. Каждому учащемуся предлагаются задания, включающие 4 вопроса теоретического характера.

Уровень практической подготовки выявляется в ходе сдачи нормативов по ОФП и СФП.

Обработка данных

Развиваемое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 6,6 сек)
	Бег на 60 м со старта (не более 11,8 сек)
	Челночный бег 3x10 м (не более 9,3 сек)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)
	Тройной прыжок (не менее 360 см)
Выносливость	Бег на 1000 м

Упражнения для полевых игроков	14 лет	15 лет	16 лет
Удар по мячу ногой на точность (число попаданий) из 10	7	8	6
Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам	9,5	9,0	8,7

(сек)			
Жонглирование мячом (раз)	25	26	27

Норматив/баллы	1	2	3	4	5
Одинарный прыжок с места (м)	1,36- 1,39	1,40- 1,44	1,45- 1,49	1,50- 1,55	1,55 и более
Бег 10 м (сек)	2,81- 2,85	2,71- 2,80	2,61- 2,70	2,50- 2,60	2,5 и менее
Бег 30 м (сек)	6,11- 6,15	6,01- 6,10	5,91- 6,00	5,80- 5,90	5,8 и менее
Ведение мячом 30 м (сек)	8-26- 8,5	8,21- 8,25	8,11- 8,20	8,00- 8,10	8,0 и менее

Подсчитывается общее количество баллов и выводится среднее арифметическое значение, которое оценивается следующим образом:

- высокий уровень теоретической подготовки – 4-5 баллов;
- средний уровень – 3-4 балла;
- низкий уровень – 1-2 балла.

Уровень практической подготовки. Каждому учащемуся необходимо сдать нормативы по ОФП и СФП.

Высоким уровнем подготовки считается при полном выполнении норматива или выполнении норматива за минусом 1-2 секунды (метра, количества раз)-4-5 баллов.

Средний уровень подготовки определяется при выполнении норматива за минусом 3-4 секунды (метра, количества раз)-3-4 балла.

Низкий уровень подготовки определяется при выполнении норматива за минусом 5 и более секунд (метров, количества раз)- 1-2 балла.

Уровень практической подготовки. Каждому учащемуся необходимо выполнить упражнения ОФП, базовые технические приемы.

Оценивается:

- 1) спортивная культура, спортивное мастерство;
- 2) знание и понимание тактики игры в футбол;
- 3) техника исполнения базовых элементов футбола.

Максимальное количество баллов – 5. Каждый пункт оценивается 1-5

Подсчитывается общее количество баллов и выводится среднеарифметическое значение, которое соответствует определенному уровню:

- высокий уровень – 4,5-5 баллов;
- средний уровень – 3-4,4 балла;
- низкий уровень – 1-2,9 балла.

Результаты итоговой аттестации фиксируются в «Протоколе итоговой аттестации учащихся», который является документом отчетности.

Вопросы и задания итоговой аттестации

I. Теоретические вопросы:

1. Сколько желтых карточек допускается получить игроку за одну игру?
 - Одну;
 - Две;
 - Ни одной;
 - Три;
2. Какие цвета карточек существуют в футболе?
 - Красная и желтая;
 - Зеленая, красная и желтая;
 - Черная и красная;
 - Синяя и красная.
3. Как называют игрока, который в соревновании забил больше всех голов?
 - Лидер;
 - Голкипер;
 - Вице-чемпион;
 - Лучший бомбардир.*
4. Чем сигнализирует нарушение боковой судья основному арбитру?
 - *Флагом;*
 - Рукой;
 - Карточкой;
 - Свистком.
5. Что в переводе с английского означает слово «футбол»?
 - «Ручной мяч»;
 - «Мяч для ноги»;
 - «Бей ногой»;
 - *«Мячом и ступней».*
6. Что такое финт в футболе?
 - Определение местоположения мяча;
 - Название тайма;
 - *Технический элемент, который выполняют, чтобы обмануть соперника;*
 - Второе наименование полузащитника.
7. Как называется гол, который футболист забил в свои ворота?
 - Штрафной;
 - «Мертвый мяч»;
 - *Автогол;*
 - Ложный маневр.

II. Практика:

1. *Бег 30м.*
2. *6-минутный бег.*
3. *Прыжок в длину с места.*

Упражнения выполняются по правилам соревнований по легкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта. Время между попытками в

тесте «бег 10х30м» составляет - 25 сек. Учитывается среднее время 10 попыток.

Возраст	Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Бег 1000м	Оценка
12 лет	5.1 и менее	213 и более	3,55-4,00	5
	5,2-5.3	198-212	4,01-4,10	4
	5.4-5,5	183-197	4,11-4,20	3
	5,6-5.7	168-182	4,21-4,30	2
	5.8 и более	167 и менее	4.31- и более	1
13 лет	4,7 и менее	238 и более	3,50-3.55	5
	4,8-4.9	210-237	3,56-4,00	4
	5.0-5.1	700-218	4.05-4,15	3
	5.2-5,3	181 -199	416-425	2
	5,4 и более	180 и менее	4,26-и более	1
14 лет	4.6 и менее	251 и более	3,36-3,35	5
	4,7-4,8	235-250	3,36-3,45	4
	4,8-5,0	216-234	3,46-3,55	3
	5,1-5,2	203-218	3,56-4,05	2
	5,3 и более	202 и менее	4,06- и более	1
15 лет	4,3 и менее	251 и более	3,30-3.35	5
	4,4-4.5	235-250	3,36-3,45	4
	4,6-4,7	219-234	3,46-3,55	3
	4,8-4,9	203-218	3.56-4,05	2
	5,0 и более	202 и менее	4,06 и более	1
16 лет	4,2 и менее	251 и более	3,25-3,30	5
	4,3-4,4	235-250	3.31-3.40	4
	4,5-4,6	219-234	3.41-3.50	3
	4,7-4,8	203-218	3.51-4.04	2
	4,9 и более	202 и менее	4.05 и более	1

Приложение 2

**Нормативные требования
для входной диагностики учащихся**

№	Контрольные упражнения	оценка				
		1	2	3	4	5
7-8 лет						
1	Бег 30м (с)	7	6,7	6,4	6,2	6
2	Подтягивания на перекладине			1	2	3
3	Прыжок в длину с места (см)	11 5	12 5	13 5	14 5	16 0
4	Бег 1000 м (мин.)	6,1	5,5	5,3 5	5,2 5	5,1
9 лет						
1	Бег 30м (с)	6,4	6,2	6	5,4	5,1
2	Подтягивания на перекладине			1	2	3
3	Прыжок в длину с места (см)	12 5	13 5	14 5	15 5	17 0
4	Бег 1000 м (мин.)	5,3 5	5,2 5	5,1 5	5,0 0	4,5
10 лет						
1	Бег 30м (с)	6,1	5,9	5,8	5,3	5,1
2	Подтягивания на перекладине		1	2	3	4
3	Прыжок в длину с места (см)	14 0	15 0	16 0	17 0	18 5
4	Бег 1000 м (мин.)	5,2	5,1	4,5 5	4,4	4,3
11 лет						
1	Бег 30м (с)	6,0	5,8	5,6	5,4	5,2
2	Подтягивания на перекладине	1	2	3	4	5
3	Прыжок в длину с места (см)	15 0	16 0	17 0	18 0	19 5
4	Бег 1000 м (мин.)	5,0 0	4,5	4,4	4,3	4,2
12 лет						
1	Бег 30м (с)	5,9	5,7	5,5	5,3	5,0
2	Подтягивания на перекладине	2	3	4	5	6
3	Прыжок в длину с места (см)	16 0	16 5	17 5	18 5	20 0
4	Бег 1000 м (мин.)	4,5 0	4,4 0	4,3 0	4,2 0	4,1 0

13 лет						
1	Бег 30м (с)	5,7	5,5	5,3	5,1	4,9
2	Подтягивания на перекладине	2	4	6	8	10
3	Прыжок в длину с места (см)	16 5	175	18 5	20 0	210
4	Бег 1000 м (мин.)	4,3 5	4,30	4,2 0	4,1 0	4,00
14 лет						
1	Бег 30м (с)	5,6	5,4	5,1	4,9	4,7
2	Подъем туловища за 30 сек. (кол-во раз)	4	6	8	10	12
3	Прыжок в длину с места (см)	17 5	185	19 5	20 5	215
4	Бег 1000 м (мин.)	4,2	4.10	4.0 0	3.5 5	3.50
15 лет						
1	Бег 30м (с)	5.5	5,2	4,9	4,7	4,5
2	Подтягивания на перекладине	6	8	10	12	14
3	Прыжок в длину с места (см)	18 0	190	20 5	21 5	225
4	Бег 1000 м (мин.)	4,1 5	4.05	3.5 5	3,4 5	3,4
16 лет						
1	Бег 30м (с)	5,3	5.0	4,8	4,7	4,5
2	Подтягивания на перекладине	8	10	12	14	15
3	Прыжок в длину с места (см)	18 5	195	21 0	22 0	230
4	Бег 1000 м (мин.)	4,1	4.00	3.5 0	3,4 0	3.30
17 лет						
1	Бег 30м (с)	5,1	4,9	4,7	4,5	4,4
2	Подтягивания на перекладине	9	11	14	16	18
3	Прыжок в длину с места (см)	19 5	210	22 0	23 0	240
4	Бег 1000 м (мин.)	4.0 0	3.50	3.4 0	3.3 0	3.20

Кроссворд «Футбол»

1		22		23			24					25		26
								2		28				
	27		3											
4					5							10		
								6						
7												31		
								11,30↓						
							12					13		
		8					29							
						14						32		
	9			34										
											15			33
	17										16			
	18							19						
				20					21					

Вопросы по горизонтали:

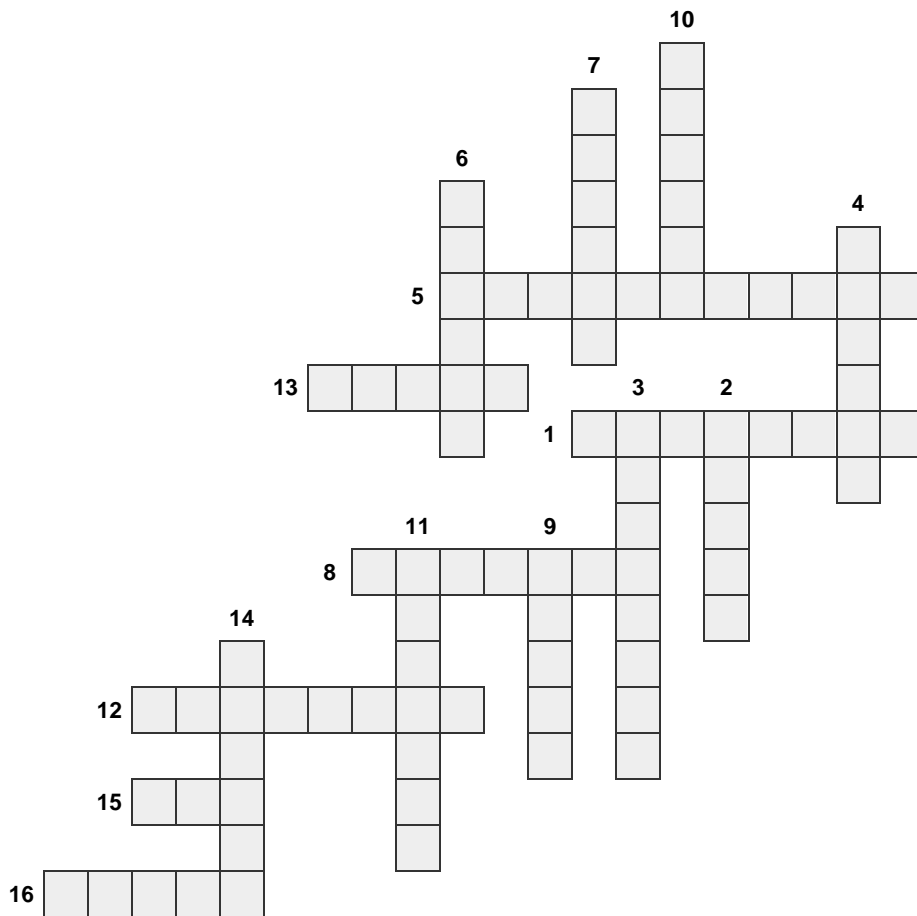
- 11-метровый удар? (Пенальти)
- Как в Англии называют головной удар? (Корнер)
- Передача другому игроку (Пас)
- Футбольный клуб из Италии на эмблеме которого, изображена волчица, кормящая двух младенцев? (Рома)
- Фамилия нападающего сборной Испании, выступавшего в АПЛ за Ливерпуль и Челси? (Торрес)
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии? (Аут)
- Французский футболист, игравший за Баварию (Кингсли...) 5 букв? (Коман)
- Международная Федерация футбола? (ФИФА)

9. Как называют крайнего атакующего полузащитника/нападающего? (Вингер)
10. Фамилия атакующего полузащитника сборной Испании и мадридского Реала? (Иско)
11. Самый популярный и титулованный клуб Бундеслиги? (Бавария)
12. Фамилия известного английского форварда, выступавшего за Манчестер Юнайтед? (Руни)
13. Когда игрок забирает у противника мяч такое действие называется (Отбор)
14. Сборная, за которую выступал известный форвард Руд Ван Нистелрой? (Нидерланды)
15. Передача верхом с фланга в центр? (Навес)
16. Фамилия легендарного немецкого голкипера? (Кан)
17. Когда игрок за один матч забивает 4 гола, то это называют? (Покер)
18. Эмблема футбольного клуба – другое название (Логотип)
19. Страж ворот? (Голкипер)
20. Положение вне игры, англичане называют (Офсайт)
21. Если игрок забил 2 гола в одном поединке, то говорят, что он оформил ,...? (Дубль)

Вопросы по вертикали:

22. Игрок передней линии? (Нападающий)
23. Футбольный клуб в Англии, чемпион АПЛ сезона 2015-2016? (Лестер)
24. Имя известного испанского вратаря? (Икер)
25. Высокоточный аргентинский нападающий, выступавший за Лацио, Интер и Милан? (Креспо)
26. Итальянский клуб, за который выступал Диего Марадона? (Наполи)
27. Московская футбольная команда? (Локомотив)
28. Футбольный клуб Российской Премьер-лиги по прозвищу «сельмаши» (6 букв)? (Ростов)
29. Легенда мирового футбола, бывшая звезда Ювентуса, Реал Мадрида и сборной Франции (5 букв)? (Зидан)
30. Как называется чемпионат Германии по футболу? (Бундеслига)
31. Пас с фланга в центр (4 буквы) (Крос)
32. Сзади – защита, в середине – полузащита, а спереди – (5 букв)? (Атака)
33. Национальная команда? (Сборная)
34. Как называют нападающего, который забивает много голов? (Голеодор)

Кроссворд на тему «Футбол»



По горизонтали:

1. Элемент футбольной формы, на которую наносят номер футболиста.
5. Сколько игроков в футбольной команде?
8. Как называется мяч, забитый футболистом в ворота своей команды?
12. Специально назначаемый удар по воротам с расстояния 11 метров.
13. Какой способ удара по мячу есть в футболе?
15. Как называется момент попадания мяча в ворота?
16. Кто следит за соблюдением правил игры на футбольном поле?

По вертикали:

2. Специальная спортивная обувь для игры в футбол?
3. Что означает красная карточка?
4. Не только предмет мебели, но и строй футболистов перед воротами. Назовите это.
6. Как по-другому называется боковая линия футбольного поля?
7. Название какой части человеческого тела присутствует в названии спортивной игры футбол?
9. Элемент футбольной формы, похожий на очень длинные носки?
10. Конструкция, прямоугольной формы, установленная на краю поля.
11. Как называется игрок, защищающий ворота?
14. Какая страна считается родиной футбола.