

Управление образования администрации муниципального образования
Щербиновский муниципальный район Краснодарского края

**Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования спортивная школа «Лидер»
муниципального образования Щербиновский район
(МБУ ДО СШ «Лидер» МОЩР)**

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО
СШ «Лидер» МОЩР
протокол № 5 от «01» июля 2026 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ПО ИГРОВОМУ ВИДУ СПОРТА ФУТБОЛ «КОЖАНЫЙ МЯЧ»
В СЕТЕВОЙ ФОРМЕ**

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень программы - базовый
Срок реализации программы: 2 года
Объем программы – 144 часа (ПФДО)
Возрастная категория: от 6 до 18 лет
Форма обучения: очная, очно - дистанционная
(при особых условиях: карантина или в индивидуаль-
ных случаях заболевания обучающихся), с примениени-
ем дистанционных образовательных технологий и элек-
тронного обучения, в сетевой форме
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер программы в АИС «Навигатор» - 45737

Авторы-составители:
Унярха М.Е. - заместитель директора
по УВР
Лысенко А.В. – инструктор – методист
Ерохин Д.А. – тренер - преподаватель,
высшей квалификационной категории

станция Старощербиновская
2026 год

ПАСПОРТ

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
по виду спорта футбол «Кожаный мяч» в сетевой форме
физкультурно-спортивной направленности
(наименование программы с указанием направленности)

Наименование муниципалитета	Щербиновский район
Наименование организации	1. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования спортивная школа «Лидер» муниципального образования Щербиновский район Директор – Федотова Наталия Геннадьевна Тел. - 8 (861-51) 7-78-81 Эл.почта - St.sport_school@mail.ru Сайт - sport-schkola.uo-moshr.ru 2. Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 9 имени Героя Советского Союза Ивана Федосеевича Лубянецкого муниципального образования Щербиновский район станица Новошербиновская Директор - Лобас Светлана Николаевна Тел. - 8 (861-51) 3-05-47 Эл.почта – school9@srb.kubannet.ru Сайт - mbouschool9.do.am 3. Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 10 имени Сергея Ивановича Холодова муниципального образования Щербиновский район станица Новошербиновская Директор – Абрамова Евгения Петровна Тел. - (86151) 3-05-34 Эл.почта – school10@srb.kubannet.ru Сайт – mbouschool10.do.am 4. Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 11 имени Георгия Капитоновича Кухаренко муниципального образования Щербиновский район село Шабельское Директор – Калесникова Людмила Викторовна Тел. - 8 (861-51) 3-59-62 Эл.почта – school11@srb.kubannet.ru Сайт - mbousoch11.ucoz.ru 5. Муниципальное бюджетное учреждение муниципального образования Щербиновский район спортивная школа «Энергия» Директор Шаталов Сергей Александрович Тел. - 8 (861-51) 7-78-81 Эл.почта – shersport@mail.ru Сайт - staradm.ru 6. Муниципальное бюджетное учреждение муниципального образования Щербиновский район «Центр физкультурно-массовой и спортивной работы с населением» Руководитель - Гарькавый Андрей Васильевич. Тел. - 8 (861-51) 7-86-86 Эл.почта – shersport@mail.ru
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	45737

Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по виду спорта футбол «Кожаный мяч» в сетевой форме
Механизм финансирования (ПФДО, бюджет муниципального образования)	ПФДО: 1 год – 144 часа
ФИО автора (составителя) программы	Унярха Маргарита Евгеньевна – заместитель директора по учебно-воспитательной работе; Лысенко Анастасия Викторовна – инструктор – методист, Ерохин Дмитрий Анатольевич – тренер – преподаватель, высшей квалификационной категории
Краткое описание программы	Программа физкультурно-спортивной направленности. Особенность – данная Программа реализуется в соответствии с утвержденным Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта футбол. В рамках реализации Программы дети получают теоретическую, физическую, техническую, тактическую, игровую, психологическую подготовку. Подготовка футболистов проводится в несколько этапов, которые имеют свои особенности. Главным отличием является возраст и подготовленность детей, зачисляемых в ту или иную группу подготовки.
Форма обучения	очная, очно - дистанционная (при особых условиях: карантина или в индивидуальных случаях заболевания обучающихся), с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, в сетевой форме
Уровень содержания	базовый
Продолжительность освоения (объём)	144 часа
Возрастная категория	6-18 лет
	1. Образовательные: обучить основным техническим приемам футбола; дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия; ддать необходимые дополнительные знания и умения в области раздела «Физическая культура и спорт» – спортивные игры (футбол); обучить основным тактическим приёмам футбола; научит правильно регулировать свою физическую нагрузку. формирование навыка владения техническими средствами обучения и программами; формирование навыка самостоятельного поиска информации в предоставленном перечне информационных онлайн-платформ, контентных сайтах, блогах. 2. Личностные: развитие метапредметных действий, духовно-

	нравственное, гражданское, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, самосовершенствование обучающихся обеспечивающее их социальную успешность, развитие творческих способностей, развитие способностей личностного самообразования и общения, развитие рефлексивных способностей, развитие исследовательских способностей; развитие умения самостоятельно анализировать и корректировать собственную деятельность; развитие умения работать дистанционно в команде и индивидуально, выполнять задания самостоятельно и коллективно бесконтактно; развитие навыка использования социальных сетей в образовательных целях. 3. Развивающие: развить координацию движений и основные физические качества; способствовать повышению работоспособности обучающихся; развивать двигательные способности, формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.
Ожидаемые результаты	1. Общее оздоровление и укрепление здоровья учащихся. 2. Дальнейшее развитие творческих и физических способностей воспитанников. 3. Формирование здорового образа жизни детей. 4. Привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, спортивными играми. 5. Снижение темпа роста негативных социальных явлений в подростковой и молодежной среде. 6. Повышение результативности в игровых видах спорта. 7. Удовлетворенность родителей и детей формами организации свободного времени. 8. Исполнение социального заказа общества на организацию летней оздоровительной компании. 9. Внедрение новых форм организации летнего отдыха, оздоровления, занятости детей и подростков. 10. Подготовка обучающихся к зональным, краевым соревнованиям по футболу, мини-футболу.
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Доступно В группы зачисляются все желающие дети и подростки от 6 до 18 лет, разрешение врача и заявление родителей (законных представителей)
Возможность реализации в сетевой	Доступно

форме	Взаимодействие с общеобразовательными организациями, учреждениями дополнительного образования, организациями спортивной направленности муниципального образования Щербиновский район
Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий	Доступно Виды занятий, используемые в условиях электронного обучения (видео-лекции, семинарские занятия, анкетирование, тестирование и др.). Сокращение режима занятий с учетом использования технических средств обучения (при необходимости) согласно рекомендациям
Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)	Доступно В группы зачисляются все желающие дети и подростки от 6 до 18 лет, имеющие разрешение врача и заявление родителей (законных представителей)
Возможность реализации в сетевой форме	Доступно Взаимодействие с общеобразовательными организациями, учреждениями дополнительного образования, организациями спортивной направленности муниципального образования Щербиновский район
Материально-техническая база	Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал, оборудование и спортивный инвентарь, футбольное поле для прохождения спортивной подготовки в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами СанПиН

Содержание:

- I. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы**
 - 1.1. Пояснительная записка**
 - 1.2. Цел и задачи программы**
 - 1.3. Содержание общеразвивающей программы**
 - 1.4. Рабочая программа воспитания**
 - 1.5. Планируемые результаты**

- II. Комплекс организационно-педагогические условия, включая формы аттестации**
 - 2.1. Календарный учебный график**
 - 2.2. Условия реализации программы**
 - 2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**
 - 2.4. Методические материалы**

- III. Список литературы**

I. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по игровому виду «Футбол» «Кожаный мяч» в сетевой форме муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования спортивная школа «Лидер» муниципального образования Щербиновский район является основным документом, определяющим направленность и содержание дополнительного образования в группах спортивно-оздоровительного этапа в отделении футбола.

Программа **может быть реализована в сетевой форме** на базе других образовательных организаций Щербиновского района. Организация-участник принимает участие в реализации программы, предоставляя ресурсы для осуществления образовательной деятельности по программе. (В соответствии с Приказом Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 22 февраля 2023 года № 197/129).

В этом случае с организацией-участником заключается Договор о сетевом взаимодействии и сотрудничестве между образовательными организациями.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с законодательством Российской Федерации:

- Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020 года).
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 года № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022 года).
- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023 года) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023 года, далее – ФЗ № 273).
- Федеральный закон от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 года № 996-р.
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно нравственных ценностей».
- Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022г. № 261-ФЗ.

- Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2024 года № 1726-р (далее – Концепция). Концепция развития дополнительного образования от 31 марта 2022 года №

678-р.

- Национальный проект «Образование», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).

- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», в редакции протокола президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 19 сентября 2017 года № 66 (7).

- Региональный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019 года № 5.

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021 года).

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 26 сентября 2022 г. N 70226) (далее – Приказ № 629).

- Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

- Письмо Министерства спорта Российской Федерации от 12.05.2014 г. №ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».

- Приказ Министерства просвещения РФ от 15 апреля 2019 года № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием».

- Приказ министерства экономического развития РФ Федеральной службы Государственной статистики от 31 августа 2018 года № 534 «Об утверждении статистического инструментария для организации федерального статистического наблюдения за дополнительным образованием детей».

- Приказ Министерств образования и науки РФ от 23 августа 2017 года № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226) (далее – Приказ № 816).

- Приказ Минобрнауки России от 22 декабря 2014 г. N 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

- Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-

1232/09 от 28 апреля 2017 года.

- Приказ Минтруда России от 5 мая 2018 года № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018 года, регистрационный № 25016).

- Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16 ноября 2022 г. № 1000 (далее – ФССП).

- Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 года № АБ-3924/06 «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации».

- Письмо Министерства просвещения РФ от 1 августа 2019 года № ТС1780/07 «О направлении эффективных моделей дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ».

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 3 6 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН).

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)».

- Письмо Министерства просвещения РФ от 02.05.2023 № АБ-1965/06 (с «Методическими рекомендациями по вопросам подготовки и проведения летней оздоровительной кампании 2023 года, включая вопросы обеспечения безопасности детей в период организованного отдыха, а также об организации учета медицинского стажа медицинских работников в организациях отдыха детей и их оздоровления).

- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242).

- Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Краснодар 2020 год).

- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования спортивная школа «Лидер» муниципального образования Щербиновский район.

- Положение о разработке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

- Положения о формах, периодичности и порядке контроля и аттестации обучающихся организации.

На современном этапе общественного развития главенствующее значение имеет формирование здоровой, социально активной и гармонически развитой личности. Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» позволяет обучающимся детально и более глубоко (в отличие от школьного курса) изучить избранный вид спорта. Реализация дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности требует использование многообразия методов и техноло-

гической работы, направленных на получение качественно новых услуг дополнительно образования, создание оптимальных условий для достижения ожидаемых результатов в обучении, воспитании, развитии обучающихся, удовлетворения их индивидуальных возможностей, потребностей, интересов раскрытия личного потенциала.

Программа включает в себя здоровые сберегающие технологии, которые создают максимально возможные для сохранения, укрепления и развития эмоционального, интеллектуального и физического здоровья обучающихся (условия обучения при отсутствии стресса, адекватности требований, методик обучения и воспитания; рациональная организация образовательного процесса, двигательного режима в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся и гигиеническими требованиями; создание благоприятного эмоционально - психологического климата).

Характеристика вида спорта «Футбол»

Футбол (от англ. foot — ступня, ball — мяч) — командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. Это игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.

Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подачи паса, чётких действий вратаря, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья. Игровая обстановка в футболе меняется быстро. Каждая атака создает новые игровые ситуации. Эти условия приучают футболистов постоянно следить за процессом игры, мгновенно оценивать обстановку, действовать инициативно, находчиво и быстро в любой игровой ситуации. Изменчивость условий осуществления игровых действий требует также проявления высокой самостоятельности.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности футбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире.

Краткая характеристика обучающихся по программе

При проведении занятий необходимо учитывать физиологические, психические и физические особенности учащихся данного возраста.

Не вызывает сомнений тот факт, что в развитии психических качеств юных

спортсменов наблюдаются определенные этапы преимущественного развития («сензитивные периоды»), характерны для конкретного качества.

Дети младшего школьного возраста (6-10 лет)

Этот возраст является чрезвычайно важным для психического и социального развития ребенка. Кардинально изменяется его социальный статус - он становится учеником, что приводит к перестройке всей системы жизненных отношений ребенка. Ведущей деятельностью для детей младшего школьного возраста становится учебная, игровая отходит на второй план. В силу своей динамичности мотивационная сфера ребенка данного возраста представляет большие возможности для формирования и развития у него мотивов, необходимых для эффективного обучения. Начинается формирование устойчивых мотивов к физической активности. В этот период такие мотивы еще не перерастают в стойкие и осознанные интересы к спортивным занятиям.

Характерной особенностью младшего школьника является эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все яркое, необычное, красочное. В этот возрастной период у ребенка активно развиваются социальные эмоции, такие как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность ребенка к сопереживанию, стремление к превосходству и признанию сверстниками. Самооценка младших школьников зависит от мнения взрослых, от оценки педагогов. Эмоциональный фактор остается ведущим для приобщения к спортивным занятиям, но вместе с тем, привычки, регламентирующие систематичные занятия физическими упражнениями, уже могут быть достаточно устойчивыми.

Младший школьный возраст – это возраст относительно спокойного и равномерного физического развития. Увеличение роста и веса, выносливости, жизненной ёмкости легких идет довольно равномерно и пропорционально. Костная система младшего школьника ещё находится в стадии формирования – окостенение позвоночника, грудной клетки, таза, конечностей еще не завершено, в костной системе ещё много хрящевой ткани. Процесс окостенения кисти и пальцев в младшем школьном возрасте также еще не заканчивается полностью, поэтому мелкие и точные движения пальцев и кисти руки затруднительны и утомительны. Происходит функциональное совершенствование мозга – развивается аналитико-систематическая функция коры; постепенно изменяется соотношение процессов возбуждения и торможения; процесс торможения становится более сильным, хотя по-прежнему преобладает процесс возбуждения и младшие школьники в высокой степени возбудимы и импульсивны. Младший школьный возраст характеризуется бурным развитием потребности в двигательной активности. Занятия способствуют развитию всего организма.

Для данного этапа обучения чаще всего применяются игры с элементами волейбола, упражнения, имитирующие игровые приемы (или близкие к ним), учебные игры с упрощенными правилами. При организации занятий необходимо помнить, что в этом возрасте детскому организму свойственно не только быстрое утомление, но и быстрое восстановление работоспособности, поэтому при обучении необходимо использовать комплексы разнообразных упражнений, разной интенсивности и направленности.

Дети среднего школьного возраста (11- 14 лет)

Средний школьный возраст называют отроческим, или подростковым. В подростке одновременно существуют и «детское» и «взрослое». Появляется чувство взрослости. Ведущая позиция – общение со сверстниками. Это период взросления. Подросток познает себя, учится решать свои проблемы, общаться со сверстниками, т.е. самореализовываться. Этот возраст характеризуется перестройкой: мотивационной сферы, интеллектуальной сферы, сферы взаимоотношений со взрослыми и сверстни-

ками; личностной сферы – самосознания. 6 В этот период происходит кризис переходного возраста, который связан с двумя факторами – возникновением новообразования в осознании подростка и перестройкой отношения между ребенком и средой.

В период с 10 до 11 видимых изменений в пространственной ориентировке не наблюдается, то обнаруживается качественный скачок в период 12-14 лет. В последующие годы показатели пространственной ориентировки достигают уровня взрослых людей.

К физическим характеристикам данного возраста относится неравномерность созревания и развития, быстрый и неровный рост. Подросток может за год набрать в весе до 7 кг, в росте – до 10 см. Растут, увеличиваются в объеме сердце, легкие, кости, мускулатура. Девочки взрослеют быстрее мальчиков. Подростки испытывают чувство неловкости от своего физического несовершенства. Характерны резкие переходы от выброса энергии до крайней усталости. Это беспокойный период физического развития, появляется обостренный сексуальный интерес. Занятия спортом в этом возрасте способствуют стабилизации гормональных всплесков.

Дети старшего школьного возраста (15 – 18 лет)

Для старшего школьного возраста учение продолжает оставаться одним из главных видов деятельности. Познавательная деятельность является ведущей. Старшеклассники начинают руководствоваться сознательно поставленной целью. Появляется стремление углубить знания в определенной области, возникает стремление к самообразованию. В своей учебной работе уверенно пользуются различными мыслительными операциями, рассуждают логически, осмысленно запоминают. Любят исследовать, экспериментировать, творить и создавать новое, оригинальное. Это возраст формируются собственных взглядов и отношений, поиск самоопределения. Юношеский возраст - период формирования мировоззрений, убеждений, характера, самоутверждения, самосознания. Усиливаются сознательные мотивы поведения. Большое значение имеет статус личности в коллективе, характер коллективных взаимоотношений. Коллектив шлифует и корректирует качества личности. Старший школьник стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Это создает новую социальную ситуацию развития. Задача самоопределения, выбора своего жизненного пути встает перед старшим школьником как задача первостепенной важности.

К 15-16 годам завершается формирование большинства психомоторных качеств, особенно связанных с быстротой и точностью двигательных реакций, по существу завершается интенсивное функциональное развитие центральной нервной системы.

В этом возрасте в основных чертах завершается физическое развитие подростка: заканчивается рост и окостенение скелета, увеличивается мышечная сила, появляется способность выдерживать большие двигательные нагрузки. Ранняя юность – это время дальнейшего укрепления воли, развития таких черт волевой активности, как целеустремленность, настойчивость, инициативность. В этом возрасте укрепляется выдержка и самообладание, усиливается контроль за движениями и жестами, в силу чего старшеклассники и внешне становятся более подтянутыми, чем подростки. Занятия спортом в этом возрасте способствуют формированию фигуры и спортивной конституции тела.

Направленность программы - физкультурно-спортивная

Разработана для детей, обучающихся в спортивно-оздоровительных группах (СОЭ). В учебных группах осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимуще-

ственно оздоровительной направленности и овладение основами техники футбола.

Язык реализации программы: русский.

Актуальность программы

Программа направлена на социально-экономическое развитие муниципального образования и региона в целом. Одним из приоритетных направлений социально-экономического развития муниципального образования Щербиновский район является обеспечение доступности и повышения качества образования, в том числе через дальнейшее развитие дополнительного образования.

Программа направлена на обеспечение доступности дополнительного образования, так как предусматривает возможность сетевой формы реализации и обучение детей с ограниченными возможностями здоровья и находящихся в трудной жизненной ситуации, а также одаренных и талантливых детей с различными образовательными возможностями.

Актуальность программы заключается и в том, что она создана по социальному заказу родителей.

У взрослого и детского населения России в последнее десятилетие значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Программа актуальна на сегодняшний день, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

На уроках физической культуры обучающихся получают определенные навыки игры в футбол, но для этого в учебной программе отведено небольшое количество часов. Этого недостаточно, чтобы в совершенстве овладеть навыками игры. Данные занятия позволяют обучающимся получить определённые навыки игры в футбол. Занятия способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме. В процессе занятий волейболист достигает гармоничного развития своего тела, красоты и выразительности движений.

Принцип комплексности выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон тренировочного процесса: теоретической, физической, технической, тактической и психологической подготовок.

Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала в течение обучения, в углублении и расширении знаний по вопросам теории в соответствии с требованиями, в постепенном усложнении содержания тренировок, в росте объемов тренировочных нагрузок, в единстве задач, средств и методов подготовки.

Принцип вариативности дает определенную свободу выбора средств и методов, в определении времени для подготовки обучающихся. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи педагоги могут вносить свои коррективы в построение тренировочных циклов, занятий, не нарушая общих подходов.

Программа так же хорошо адаптирована для реализации в условиях отдаленного поселения или временного ограничения (приостановки) для обучающихся занятий в

очной (контактной) форме по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям и включает все необходимые инструменты электронного обучения.

Новизна программы.

Программа реализуется в сетевой форме. При реализации программы используются ресурсы общеобразовательных учреждений, расположенных в непосредственной близости к месту проживания ребенка. Это создает условия доступности получения образования ребенком.

При традиционности направления деятельности, в программе используется чередование форм организации образовательной деятельности (контактная, бесконтактная), (электронное обучение, дистанционные технологии).

Программой предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в волейболе. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделяется незаслуженно мало внимания.

Программа предусматривает такие аспекты как: становление и развитие занимающегося, как личности, так и спортсмена, создание условий для обучения и совершенствования спортивных навыков.

Педагогическая целесообразность

Содержание программы позволяет воспитать и выявить талантливых обучающихся, профессионально ориентировать их, способствовать личному развитию и самоопределению, подготовить обучающихся для дальнейшего перехода на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

Одной из педагогических идей при реализации программы является приучение детей к занятию физической культурой, которая может стать увлекательным хобби на всю жизнь. Педагог обязан показать возможности занятия футболом во взрослой жизни, пути организации и самоорганизации спортивных сообществ на примере общественных спортивных объединений в Краснодарском крае.

Отличительные особенности

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение более глубоких приёмов избранного вида спорта – футбола.

Программа реализуется в соответствии с утвержденным Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта футбол. Постановка образовательных задач, построение учебно-тематического плана, содержание занятий их видов, форм, строится с учетом применения дистанционных технологий, инструментария электронного обучения.

Отличительной особенностью дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по виду спорта «Футбол» заключается в сетевой форме реализации программы, которая предполагает, что для достижения цели, задач программы используются ресурсы образовательных организаций, а так же организаций – партнеров.

Особое внимание уделяется практическим занятиям с участием социальных партнеров и отработке полученных умений и навыков в соревнованиях по футболу.

Адресат Программы:

На обучение в группы, реализующие общеобразовательные общеразвивающие программы, зачисляются дети и подростки от 6 до 18 лет, желающие заниматься футболом, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям избранным видом физкультурно-спортивной деятельности, имеющие разрешение и заявление родителей (законных представителей), (при наличии вакантных мест), при этом сдача контрольно-тестовых упражнений по ОФП и/или СФП не предусмотрена.

Для зачисления в группу необходимо предоставить справку об отсутствии противопоказаний к занятиям спортивными видами деятельности, с подписью и печатью врача, штампом и треугольной печатью медицинского учреждения.

Форма организации деятельности обучающихся – групповая, индивидуальная (по индивидуальному учебному плану).

В составе группы могут обучаться талантливые (одарённые) дети, дети с ограниченными возможностями здоровья, дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, если для их обучения не требуется создания специальных условий. Эти дети могут заниматься с основным составом объединения.

При приеме в объединение одаренных детей может быть разработан индивидуальный учебный план в пределах образовательной программы, исходя из индивидуальных возможностей и потребностей ребенка, принятого на обучение. Дети данной категории изучают те же темы, что и основной состав группы, но выполняют более сложные работы, участвуют в спортивных мероприятиях и соревнованиях за пределами образовательной организации.

Дети с ограниченными возможностями здоровья принимаются после собеседования с родителями (законными представителями) с целью установления уровня трудностей у ребенка и выстраивания индивидуального учебного плана, если в этом будет необходимость. Для этого по каждой теме программы предусмотрены более простые задания, которые будут доступны детям.

Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации, могут испытывать трудности в адаптации и коммуникации, эмоциональные зажимы, психологические травмы, эмоциональный дискомфорт. При необходимости разрабатывается индивидуальный учебный план для каждого ребёнка, в зависимости от готовности ребёнка к взаимодействию, эмоционального состояния, интересов ребёнка, имеющего проблемы.

В программе **предусмотрена возможность занятий по индивидуальному учебному плану** для детей с особыми образовательными потребностями: детей с ограниченными возможностями здоровья; талантливых (одаренных, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации (Приложение № 1).

Работа по индивидуальному учебному плану включает в себя следующие этапы:

- диагностика уровня развития и интересов ребенка;
- определение целей и задач, видов деятельности;
- определение времени;
- разработка учебно-тематического плана;
- разработка содержания, форм работы и оценивания знаний.

Наполняемость групп от 15-20 человек.

Группы формируются обучающимися в зависимости:

а) от возрастных особенностей (одновозрастные или разновозрастные в пределах разницы в возрасте не более 2 лет, для мальчиков/юношей, для девочек/девушек, могут

быть смешанные группы - для мальчиков/юношей и для девочек/девушек);

б) индивидуальных особенностей обучающихся (одаренные, находящиеся в трудной жизненной ситуации, с ОВЗ);

в) с учетом индивидуального физического развития и подготовленности каждого участника образовательной деятельности.

Успешность реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы определяется итоговой аттестацией.

Условия приема детей

Прием в группу осуществляется на добровольной основе по желанию обучающегося или за конного представителя ребёнка.

Предварительная подготовка не требуется.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

Допускается добор учащихся на основании результатов собеседования по вопросам о выбывших участников.

Форма обучения

Форма занятий – очная, очно-дистанционная (при особых условиях: карантина или в индивидуальных случаях заболевания обучающихся), с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, в сетевой форме.

Занятия предполагают наличие здоровьесберегающих технологий: организационных моментов, динамических пауз, коротких перерывов, проветривание помещения.

Включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в футбол. В практической части углублено изучаются технические приемы и тактические комбинации.

Программой предусмотрено использование дистанционных образовательных технологий, которые позволяют осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между тренером - преподавателем и обучающимися.

Для осуществления обучения с использованием дистанционных технологий в помощь обучающимся и их родителям предлагаются информационно-телекоммуникационные ресурсы, мессенджеры, платформы и сервисы, разрешенные Роскомнадзором (Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций), что позволяет максимально адаптировать образование к актуальным запросам детей и родителей, а также обеспечить доступность, свободу, гибкость и индивидуальность обучения.

В условиях дистанционного обучения цели и задачи в программе не меняются, изменяется только формат взаимодействия тренера - преподавателя с детьми.

Обучение с использованием дистанционных технологий обеспечивает возможность непрерывного обучения для детей, находящихся в тех жизненных ситуациях, когда у ребенка нет возможности присутствовать лично на занятии по какой-либо уважительной причине, в том числе для часто болеющих детей и для всех детей в период сезонных карантинов.

Формы дистанционного обучения:

Чат - занятия – учебные занятия, осуществляемые с использованием чат- технологий. Чат - занятия проводятся синхронно, все участники имеют одновременный до-

ступ к чату.

Веб - занятия - дистанционные учебные занятия, проводимые с помощью средств телекоммуникаций и других возможностей «Всемирной паутины», позволяющей осуществлять обучение удобным для тренера - преподавателя и обучающихся способом.

Дистанционное обучение, осуществляемое с помощью компьютерных телекоммуникаций, имеет следующие формы занятий:

- занятия в формате презентации;
- занятия в формате видео ролика;
- тесты, кроссворды, анкеты;
- лекция;
- игра;
- чат-занятие.

В содержание занятий включаются следующие формы работы:

- групповые практические занятия;
- индивидуальные тренировочные занятия по индивидуальным планам, в группе под руководством тренера – преподавателя;
- теоретические занятия (беседы, лекции, экскурсии, с просмотром видео материалов);
- практические занятия;
- соревнования, товарищеские встречи различного уровня (тренировочные, школьные, муниципальные, районные и т.д.);
- подвижные игры;
- эстафеты;
- мастер – классы;
- открытые занятия;
- электронное обучение (ЭО) с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) по приказу учреждения - соревновательные, участие в соревнованиях различного уровня;
- самостоятельная работа;
- мониторинга;
- контрольные занятия, по текущему, промежуточному и итоговому контролю, контрольного тестирования.

Методы обучения

При реализации Программы используются следующие методы обучения:

- *словесные методы*, создающие у обучающихся представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания, команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.

- *наглядные методы* применяются главным образом в виде показа (демонстрации) упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов, разучивание технико-тактических действий по частям и в целом, анализ действий (своих и противника), разработка вариантов технико-тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

- *практические методы*: метод упражнений, непрерывный, повторный, круговой, контрольный, игровой, соревновательный циклы.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное по-

вторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами - в целом и по частям; - игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Основной формой занятия является комбинированное занятие, где обучение и тренировка являются педагогическим процессом, который тесно объединяет физическую, техническую и тактическую подготовку юных футболистов.

Чрезмерное увлечение узкоспециализированными упражнениями нередко приводит к задержке роста футбольного мастерства.

Основные методы обучения

Структура урока предусматривает три части: подготовительную, основную и заключительную.

В подготовительной части (разминке) происходит начальная организация занимающихся, объясняются задачи и кратко раскрывается содержание тренировочного занятия. Главная цель подготовительной части - функциональная подготовка организма к предстоящей основной деятельности, поэтому используемые средства по координационной структуре и характеру нагрузок должны соответствовать особенностям упражнений основной части. Продолжительность подготовительной части составляет около 15-20% общего времени.

Основная часть направлена на решение задач урока, связанных с обучением и совершенствованием техники и тактики, развитием специальных физических качеств и т.д. При этом задачи формулируют конкретно с использованием общепринятой терминологии, а их количество не должно превышать двух-трех.

При построении основной части руководствуются следующими положениями:

1. Задачи обучения, развития быстроты, ловкости, гибкости, скоростносиловых качеств решают в первой половине основной части.

2. Задачи, связанные с совершенствованием и развитием выносливости, решают преимущественно во второй половине основной части.

3. Динамика нагрузки в тренировочном уроке носит волнообразный характер, с наивысшим уровнем в середине основной части.

Продолжительность основной части зависит от общего объема тренировочной нагрузки и обычно составляет 70-80% общего времени.

Заключительная часть урока должна обеспечивать постепенное снижение нагрузки и приведение организма занимающихся в относительно спокойное состояние. В конце урока подводятся итоги, даются индивидуальные задания. На заключительную часть отводится 5-10% общего времени.

В зависимости от цели и задач в подготовке футболистов используют комплексные и тематические занятия.

Комплексные занятия направлены на одновременное решение нескольких задач подготовки: физической, технической и тактической. В тренировке юных футболистов преимущественно применяют комплексные уроки.

Тематические занятия связаны с углубленным овладением одной из сторон подготовки: физической, технической или тактической. Организационной формой и методической основой проведения урока являются групповые и индивидуальные тренировочные занятия.

Групповые занятия проводятся с отдельной учебной группой или командой. Командный характер игры в футбол предусматривает повышенное требование к взаимодействию между игроками, необходимость решения коллективных задач. В связи с этим про-

цесс обучения и воспитания более эффективен в групповых занятиях. Этому способствует индивидуализация заданий с учетом особенностей и подготовленности занимающихся.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задания при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

При фронтальном методе предлагается одно и то же задание, которое выполняется всеми одновременно. В подгруппах (например, защитников и нападающих) занимающиеся получают отдельные задания. При индивидуальном методе отдельные футболисты получают самостоятельные задания (например вратарь).

Организация занятий фронтальным методом используется преимущественно в процессе обучения, так как позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся. При этом, однако, затрудняется индивидуальный подход. При тренировке в подгруппах и самостоятельно ограничены возможности контроля, но более эффективна индивидуализация.

В индивидуальных занятиях используются различные средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей футболиста. Цель тренировки - ускорение темпов совершенствования спортивного мастерства. Свое конкретное выражение цель и задачи тренировки получают в индивидуальных планах, которые разрабатываются совместно тренером и игроком. Индивидуальные занятия проводятся в самостоятельной и групповой формах.

Уровень программы, объем и сроки

Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение, в отличие от школьного курса, более глубоких приёмов избранного вида спорта.

Уровень программы – базовый, формирующий у обучающихся интерес, устойчивую мотивацию к выбранному виду деятельности. Предлагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала.

Объем Программы - 144 часа.

Срок освоения программы – 1 год.

Продолжительность учебного года по данной программе в сетевой форме - 24 учебных недели с сентября по 16 февраля включительно.

Режим занятий

Расписание тренировочных занятий утверждается приказом директора, после согласования с тренерско-преподавательским составом в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха лиц, проходящих спортивную подготовку, с учетом их возрастных особенностей и санитарно- гигиенических норм.

Продолжительность одного академического часа – 45 минут

(для групп младшего возраста – 45 или 90 мин.; для групп старшего школьного возраста – 90 или 135 мин.)

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 4 или 6 часов.

В группах спортивно-оздоровительного этапа тренировочные занятия не превышают 2-х академических часов в неделю:

для обучающихся младшего возраста - (3-4 раза в неделю),

для обучающихся старшего и среднего возраста 2-3 академических часов- (3-2 раза в неделю).

Занятия проводятся еженедельно.

Режим занятий регламентируется СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Перед началом занятий осуществляется контроль безопасности спортивной площадки и инвентаря, соответствия спортивной формы требованиям безопасности и гигиены.

По окончании занятий осуществляется контроль за выполнением гигиенических требований обучающимися.

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Количество занятий в неделю	Рекомендуемый режим занятий (Зан./час.)	Количество учебных часов в неделю (максимально)	Количество учебных недель	Количество учебных часов в год
Группы спортивно-оздоровительного этапа						
1	6-18	2-3	3 x 2	6	24	144

Особенность организации образовательного процесса

Программа реализуется по одной из моделей **сетевого взаимодействия**. Совместно используются: материально-технические ресурсы, спортивное оборудование, составы групп образовательных учреждений.

- 1) МБОУ СОШ № 9 ст. Новощербиновская.
- 2) МБОУ СОШ № 10 ст. Новощербиновская;
- 3) МБОУ СОШ № 11 с. Шабельское;
- 4) МБУ МОЦР СШ «Энергия»;
- 5) МБУ МОЦР «Центр физкультурно-массовой и спортивной работы с населением».

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством регулярных занятий футболом. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Задачи:

обучающие: - содействие правильному физическому развитию детей, повышение работоспособности, закаливание, охрана здоровья;

- освоение начальных технических и тактических приемов;
- приобретение необходимого минимума знаний в области гигиены и медицины, физической культуры и спорта.

развивающие: - развить общие и специальные физические качества;

- укрепить здоровье;
- расширить функциональные возможности организма;
- развитие основных двигательных качеств
- силы, выносливости, ловкости и быстроты;

воспитательные: - воспитание устойчивого интереса и потребности в систематических занятиях спортом;

- воспитание уважительного отношения в коллективе;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность.

Решение перечисленных задач осуществляется исходя из конкретных требований, учитывающих специализацию и квалификацию обучающихся. В основу отбора и систематизации материала положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

1.3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный план

Планирование является необходимым условием для решения задач, стоящих перед учреждением. Оно позволяет определить содержание процесса подготовки, выбрать основные направления деятельности, эффективные средства и методы обучения и тренировки. При планировании учебно-тренировочной работы необходимо учитывать: задачи учебной группы, условия работы, преемственность и перспективность. План должен быть обоснованным и реальным.

Учебный год начинается 1 сентября.

МБУ ДО СШ «Лидер» МОЦР осуществляет работу в течение всего календарного года.

Непрерывность освоения обучающимися образовательной общеразвивающей программы в каникулярный период обеспечивается Организацией в соответствии с частью 8 статьи 84 Федерального закона.

Учебный план по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе для групп спортивно-оздоровительного этапа составляется в соответствии с программой для МБУ ДО СШ «Лидер» МОЦР по футболу из расчета **24 недели в учебном году**.

Уровень учебной недельной нагрузки на обучающегося не превышает предельно допустимого.

ПФДО: 1 год – 144 часа.

Годовой учебный план распределение программного материала группы спортивно-оздоровительного этапа (СОЭ)

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления (лет)	Количество обучающихся в группе	Количество учебных часов в неделю	Количество учебных часов в год	Требования по спортивной подготовке
Группы спортивно-оздоровительного этапа					
Спортивно-оздоровительный этап	6-18	15	6	144	Требования программы

Распределение времени в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения осуществляется в соответствии с конкретными задачами спортивно-оздоровительного этапа (таблица № 1 «Распределение часов в учебном плане на основные разделы подготовки по годам обучения»).

Таблица № 1

Распределение часов в учебном плане на основные разделыподготовки по годам обучения

Учебный план группы спортивно-оздоровительного этапа (СОЭ)

№ п/п	Наименование разделов	Расчет учебных часов в группах	
	этапы - СОЭ	час.	Количество ча-сов в сетевой форме
	Год обучения	I год	
	Количество часов в неделю	4 час.	
I	ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА		
	Введение		
1	Физическая культура и спорт в России	1	1
2	Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	1	
3	Правила игры в футбол	2	1
4	Места занятий и инвентарь. Основы техники игры и техническая подготовка	2	
	ИТОГО часов:	4	2
II	ПРАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА		
1	Общая физическая подготовка	60	
2	Специальная физическая подготовка	15	
3	Техническая подготовка	35	
4	Тактическая подготовка	10	
5	Технико-тактическая интегральная подготовка)	10	
6	Участие в соревнованиях, аттестация, прием контрольных нормативов	10	6
	ИТОГО ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЧАСОВ	144	
	Количество тренировок в неделю	3	
	Общее количество тренировок в год	138	8

В процессе реализации Программы распределение часов в учебном плане, осуществляется в соответствии с соотношением объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана по образовательной общеразвивающей программе (таблица № 2 «Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивнойподготовки на спортивно-оздоровительном этапе»).

Таблица № 2

Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивнойподготовки на спортивно-оздоровительном этапе

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки	
	1 год	%
Общая физическая подготовка(%)	50	38
Специальная физическая подготовка(%)	15	10
Техническая подготовка	33	25

Тактическая, теоретическая подготовка(%)	14	10
Тактико-тактическая (интегральная) подготовка (%)	10	67
Участие в соревнованиях, судейская практика (%)	10	7

Основными формами учебного процесса являются учебно-тренировочные занятия, участие в соревнованиях, сдача контрольных нормативов, электронное обучение с применением дистанционных технологий.

Виды занятий, используемые в условиях электронного обучения (видео-лекции, семинарские занятия, анкетирование, тестирование и др.).

Сокращение режима занятий с учетом использования технических средств обучения (при необходимости) согласно рекомендациям СанПин.

В дистанционный режим работы в программе увеличены часы, отведенные на изучение теоретических основ. Тренеры - преподаватели вносят изменения в содержание учебного плана в соответствии с учебным планом, и указывают виды занятий, используемые в условиях электронного обучения (видеолекции, просмотр лучших матчей, семинарские занятия и др.).

Педагог должен составлять для каждой группы план-график учебного процесса на год, рабочие планы и конспекты учебно-тренировочных занятий.

В конспекте должны быть отражены задачи (что изучать, совершенствовать, проверять, направленность занятий и т.п.); основные упражнения, их дозировка (время выполнения упражнения, количество повторений, длина пути и т.п.), организационно-методические указания (что проверять, как построить, как исправить ошибки, какие применить методические приемы и т.п.).

Тематический учебный план (таблица № 3 «Учебно-тематический план группы спортивно-оздоровительного этапа (СОЭ)») и примерные графики распределения учебных часов представлены в программе.

Таблица № 3

Учебно-тематический план группы спортивно-оздоровительного этапа (СОЭ)

№	Наименование раздела, темы
1	ОСНОВЫ ЗНАНИЙ
1.1	Требования техники безопасности. Введение. Техника безопасности.
1.2	Правила игры в футбол. Правила соревнований по футболу их организация и проведение. Основы спортивной классификации. Правила игры футбол, судейская бригада, обязанности судей, их жесты. Антидопинг правила и понятия.
1.3	Основы техники и тактики игры. Основные требования, понятия и значения технической и тактической подготовки. Основные требования, понятия и значения общей и специальной физической подготовки.
1.4	Физическая культура и спорт в России. История и пути развития футбола. Характеристика вида спорта «Футбол»
1.5	Спортивные соревнования. Оснащение мест занятий, оборудование и инвентарь, экипировка футболиста.
1.6	Сведения о строении и функциях организма человека.
1.7	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Основы спортивной тренировки, её значения, режим дня, личная гигиена, питание.
1.8	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Профилактика травматизма, оказание первой помощи. Методы и средства восстановления. Методы и формы самоконтроля.
1.9	Нагрузка и отдых.

2	Общая физическая подготовка (ОФП)
2.1	Комплексы общеразвивающих упражнений с предметами и мячом. Беговые упражнения
2.2	Подвижные игры и эстафеты без мяча.
3	Специальная физическая подготовка (СФП)
3.1	Комплексы упражнений на развитие скоростных, скоростно -силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости, силы
3.2	Подвижные игры и эстафеты специальной направленности с элементами футбола (с мячом и без мяча)
3.3	Техника передвижения и специально - беговые упражнения. Комплексы упражнений на координацию и частоту/быстроту беговых движений ногами
4	ТЕХНИКА ИГРЫ
4.1	«Перемещения, передвижения и остановки».
4.2	«Стойка футболиста».
4.3	« Удары по мячу».
	- внутренней стороной стопы (по неподвижному и катящемуся мячу)
	- средней частью подъема стопы (по неподвижному и катящемуся мячу)
	- удары по воротам различными способами на точность попадания мяча в цель
4.4	«Остановка/приём мяча»
	- внутренней стороной стопы
	- подошвой
4.5	«Ведение мяча (по прямой, с изменением скорости и направления движения) и развороты»:
	- внешней частью подъема стопы
	- средней частью подъема стопы
	- внутренней частью подъема стопы
	- внутренней стороной стопы
4.6	ОБМАННЫЕ ДВИЖЕНИЯ (ФИНТЫ)
	- финт «Уходом» (быстрое изменение направления движения)
4.7	«Отбор мяча»
	- выбиванием мяча ногой
4.8	Техника игры вратар
	- ловля катящего мяча
	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом (ведение, передача, остановка/прием, обманные движения, удар по воротам)
5	ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
5.1	Нападение и защита в игровых заданиях 1х1, 2х1, 3х1, 3х2, 3х3 с атакой и без атаки ворот
6	УЧЕБНЫЕ ИГРЫ И СОРЕВНОВАНИЯ
6.1	«Игра по правилам с заданием».
7	КОНТРОЛЬНЫЕ И ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ
	Промежуточная, итоговая аттестация, контрольные нормативы
	ВСЕГО ЧАСОВ: 144

Учет учебной работы ведется в журнале, где указываются сведения об обучающихся, посещаемость занятий, пройденный материал, спортивные результаты. Педагог ведет отчетность в установленном порядке.

Содержание учебного плана

1. Основы знаний.

1. Введение

Теоретическая часть: знакомство с учебной группой, с целями и задачами программы на учебный год, инструктаж по ТБ и ОТ во время занятий футболом. Правила внутреннего распорядка и поведения в помещениях и на месте проведения занятий. Требования к спортивной форме одежде и обуви. Ознакомление с режимом тренировочной деятельности, учебой и отдыхом. Подготовка к тестированию по ОФП, СФП. Последующие годы обучения медицинский осмотр.

Практическая часть: не предусмотрено УТП.

2. Теоретическая подготовка

Темы программного материала изучаются в процессе учебных занятий.

Тема 1. Физическая культура и спорт в России.

Массовый народный характер спорта в России. Физическая культура в системе образования. Сеть учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. Единая всероссийская спортивная классификация. Классификационные нормы и требования по футболу.

Тема 2. Развитие футбола в России и за рубежом.

История развития футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу. Участие российских спортсменов в международных соревнованиях. Российские и международные юношеские соревнования. Лучшие российские спортсмены - футболисты. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Федерация и общественные организации футбола.

Тема 3. Строение и функции организма человека.

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние физических упражнений на организм. Совершенствование функций мышечной и опорнодвигательной системы, органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями. Укрепление здоровья, развитие физических способностей, достижение высоких результатов в спорте.

Тема 4. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

Общие понятия о гигиене. Личная гигиена. Гигиеническое значение водных процедур. Гигиенические основы режима учебы, отдыха, занятий спортом. Режим дня и его значение для юного футболиста. Закаливание и его значение для повышения работоспособности и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях спортом. Гигиенические основы, средства закаливания и методика их применения. Питание. Понятие о калорийности и усвояемости пищевых продуктов. Витамины. Примерные суточные нормы для футболистов в зависимости от возраста, объема и интенсивности учебных занятий и соревнований. Вредное влияние употребления алкоголя и курения на здоровье и работоспособность спортсмена. Допинг и спорт. Понятие «чистый спортсмен».

Тема 5. Врачебный контроль и самоконтроль.

Врачебный контроль во время занятий футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные и субъективные данные самоконтроля. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Значение активного отдыха для обучающихся. Спортивный травматизм. Причины травм и их профилактика применительно к занятиям по футболу. Оказание первой доврачебной помощи. Спортивный массаж. Основные приемы массажа и их применение. Противопоказания.

Тема 6. Физиологические основы спортивной тренировки.

Мышечная деятельность, как необходимое условие физического развития, нормального функционирования организма, поддержания здоровья и работоспособности. Занятие, как процесс формирования двигательных навыков и расширения функциональных возможностей организма. Физиологические закономерности и фазы формирования двигательных навыков. Физиологические причины утомления. Восстановление работоспособности организма после различных, по объему и интенсивности тренировочных нагрузок.

Тема 7. Общая и специальная физическая подготовка.

Значение всесторонней физической подготовки для укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем, воспитание двигательных качеств

(силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) обучающегося - футболиста. Характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в учебных занятиях с юными футболистами. Взаимосвязь между развитием основных двигательных качеств. Утренняя зарядка, разминка перед занятиями и игрой, индивидуальные занятия. Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различного возраста. Контрольные упражнения и нормативы. Место и роль тестирования по контрольным нормативам в решении задач по всесторонней физической подготовке юных футболистов.

Тема 8. Техническая подготовка.

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов в футболе. Высокая техника владения техническими элементами - основа спортивного мастерства. Качественные показатели индивидуальной техники - рациональность и быстрота выполнения технических приемов, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Анализ выполнения различных технических приемов и эффективности их применения: ударов по мячу ногой, остановок, передач, обводки и обманных движений (финтов), отбора, вбрасывания мяча, основных технических приемов игры. Основные недостатки в технике футболистов и пути их устранения. Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке для юных футболистов.

Тема 9. Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры в футбол. Характеристика и анализ тактических вариантов игры с различной расстановкой игроков. Тактика отдельных линий и игроков команды. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении: высокий темп атаки, атака «широким фронтом», скоростное маневрирование в глубину обороны противника или по фронту в чужую зону, с переменной местами, усиление темпа атаки в завершающей фазе, использование скоростной обводки, реальных возможностей для обстрела ворот. Атакующие комбинации флангом и центром. Тактика игры в защите: создание численного преимущества в обороне, закрывание всех игроков атакующей команды в зоне мяча, соблюдение принципов страховки и взаимостраховки (расположение игроков). Тактика отбора мяча. Тактические комбинации в нападении и защите. Зависимость тактического построения игры от различных факторов. Значение тактических заданий футболистам на игру и умение играть по плану-заданию. Разбор по DVD и видеоматериалам техники и тактики игры футболистов высокой квалификации.

Тема 10. Воспитание морально-волевых качеств обучающихся. Психологическая подготовка.

Моральные качества, необходимые для успешных занятий спортом. Понятие о психологической подготовке обучающихся. Значение развития волевых качеств и психологической подготовки для повышения спортивного мастерства. Основные методы развития волевых качеств и совершенствования психологической подготовки детей в процессе занятий и соревновательной деятельности. Непосредственная индивидуальная психологическая подготовка обучающихся к предстоящим соревнованиям.

Тема 11. Основы методики обучения и занятия по футболу.

Понятие об обучении и тренировке (совершенствовании), как едином педагогическом процессе. Методы словесной передачи знаний и руководства действиями обучающихся. Методы обучения технико-тактическим действиям, их совершенствования: демонстрация (показ), разучивание действий по частям и в целом, анализ выполнения, разработка вариантов, творческие задания. Методы выполнения упражнений для развития фи-

зических качеств: повторный, переменный, интервальный, равномерный, темповый, контрольный и «до отказа», с максимальной интенсивностью, с ускорением, круговой, игровой, соревновательный. Тесная взаимосвязь физической, технической и тактической подготовки юных футболистов, единство процесса их совершенствования. Систематическое участие в соревнованиях - важнейшее условие непрерывного роста и совершенствования технической и тактической подготовленности обучающихся. Основная форма организации и проведения занятий. Понятие о построении занятия, комплексных и тематических занятиях. Индивидуальная, групповая и командная тренировка.

Тема 12. Планирование учебно-тренировочного занятия и учет.

Роль и значение планирования, как основы управления процессом занятия. Перспективное и оперативное планирование. Периодизация учебно-тренировочной деятельности в годичном цикле. Сроки, задачи и средства их выполнения по этапам и периодам. Индивидуальные планы занятия. Методы контроля за уровнем подготовленности обучающихся. Значение, содержание и ведение дневника занятий юного футболиста. Учет работы: предварительный, текущий, итоговый.

Тема 13. Правила игры в футбол. Организация и проведение соревнований.

Изучение правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения или удаления игроков с поля. Роль судьи, как воспитателя. Значение спортивных соревнований. Требования к организации и проведению соревнований. Особенности организации и проведения соревнований по футболу. Виды соревнований по футболу. Системы розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Положение о соревнованиях. Составление календаря игр. Оценка результатов игр. Заявки на участие в соревнованиях, их формы и порядок предоставления. Назначение судей. Оформление документации хода и результатов соревнований.

Тема 14. Установка перед игрой и разбор проведенной игры.

Значение предстоящей игры и особенности турнирного положения команды. Сведения о сопернике: тактика игры команды и отдельных звеньев, сильные и слабые стороны игры, примерный состав, характеристика игроков. Определение состава своей команды. Тактический план предстоящей игры. Задания отдельным игрокам и звеньям. Возможные изменения тактического плана в процессе игры. Руководящая роль капитана. Использование перерыва для отдыха и исправления допущенных в игре ошибок. Разбор проведенной игры. Анализ игры всей команды, отдельных звеньев, игроков. Положительные и отрицательные моменты в игре связанные с выполнением заданий. Причины успеха или невыполнения заданий. Проявление морально-волевых качеств.

Тема 15. Места занятий, оборудование и инвентарь.

Игровое поле для проведения занятий и соревнований, требования к его состоянию. Уход за футбольным полем. Уход за футбольными мячами, подготовка их к учебным занятиям по футболу и играм. Вспомогательное оборудование (щиты, стойки для обводки, и др.) и его назначение. Требования к спортивной одежде и обуви, уход за ними.

Тема 16. Беседа о запрещенном списке ВАДА.

Основные группы запрещенных веществ: анаболические стероиды, диуретики, наркотики в том числе каннабиноиды, стимуляторы. Ознакомление со списком препаратов, не запрещенных для использования в спорте, с учетом возрастных показаний.

Тема 17. Охрана труда и техника безопасности.

Правила поведения в спортивном зале, на футбольном поле. Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом. Инструктаж по технике безопасности во время соревнований. Страховка и самостраховка. Основы по предупреждению травм и несчаст-

ных случаев. Защитные средства во время занятий футболом. Инвентарь и оборудование. Правила оказания первой доврачебной помощи при легких травмах и повреждениях. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях, сведения о терактах и т. п. Способы массажа и самомассажа при судорогах (сведении мышц). Организация и подготовка безопасных мест проведения занятий по футболу. Профилактика травматизма на занятиях по футболу. Правила поведения на стадионе во время просмотра игр различного ранга.

2. Общая физическая подготовка

Теоретическая часть (в процессе практической части занятия). Физические качества и методы их развития. Регулирование физической нагрузки на занятиях по футболу и способы восстановления. Методика выполнения упражнений на развитие двигательных качеств. Название упражнений, специальная терминология. Понятия темп, ритм, дистанция, серия. Организационные команды. Методика составления индивидуальных комплексов для развития физических качеств. Корректирующие комплексы. Подготовка и выбор места для самостоятельных занятий общей физической подготовки. Вспомогательные технические средства тренировки. Влияние общей физической подготовки на результат соревновательной деятельности.

Практическая часть. Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направления движения, кроссовый бег; с изменением ширины шага, с прыжками, с высоким подниманием бедра, захлестом голени назад, семенящий бег, правым левым боком приставными шагами, спиной вперед, в горку, под горку, с ускорениями.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие, с ноги на ногу, прыжки с места и с разбега, с ударом головой по мячу. Прыжки через скакалку на одной и двух ногах.

Силовые упражнения: с отягощением, упражнения с набивными мячами - броски, ловля в различных исходных положениях: стоя, сидя, лежа, с поворотами и приседаниями; упражнения в парах и группах. Упражнения с гантелями, сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Упражнения без предметов: упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища: упражнения на формирование правильной осанки в различных исходных положениях (наклоны, повороты, вращения туловища и др.); в положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук игры с элементами сопротивления.

Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад и в стороны в группировке (в зависимости от уровня физической подготовленности обучающихся). Гимнастические упражнения: упражнения на снарядах (гимнастическая стенка, скамейка, перекладина).

Подвижные игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Спортивные игры: ручной мяч, баскетбол (по упрощенным правилам). Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

3. Специальная физическая подготовка

Теоретическая часть (в процессе практической части занятия). Значение всесторонней физической подготовки для укрепления здоровья. Повышение функциональных возможностей систем организма, воспитание специальных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) обучающихся. Характеристика средств специальной физической подготовки, применяемых в учебных занятиях с юными футболистами. Контрольные упражнения и нормативы. Место и роль тестирования по контрольным нормативам в решении задач по всесторонней физической подготовке юных футболистов. Взаимосвязь развития специальных физических качеств и формирование технических навыков и умений. Сенситивные периоды развития и воспитания физических качеств.

Практическая часть. Способы передвижения: бег обычный, спиной вперед скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, изменением направления и скорости. Прыжки вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх—вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Различные сочетания приемов бега с прыжками, поворотами и резкими остановками. Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом.

Выполнение специальных упражнений для развития быстроты и выносливости: упражнения для развития стартовой скорости, по сигналу (преимущественно зрительно-му, или звуковому) ускорения на 10–15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, седа. Разновидности челночного бега 5х6, 3х10, елочкой, 5-10-15-10–5. Шестиминутный бег, бег с чередованием отрезков ускорения и быстрой ходьбы. Кроссовая подготовка, бег 500, 1000 м.

Выполнение упражнений для развития дистанционной скорости: ускорения на 15, 30 м, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок ускорение в том же или другом направлении. Выполнение специальных упражнений для развития ловкости: прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч, держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, батут, ворота; удары на дальность. Борьба за мяч.

Упражнения для развития силы: комплексы упражнений с гантелями, с набивными мячами, в тренажерном зале. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений с ведением мяча. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам; с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности (трое против трех, трое против двух и т. д.). Двусторонние тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Специальные упражнения. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом. Ускорения и рывки с мячом (до

30 м). Рывки к мячу с последующим ударом по воротам. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель). Ускорения на 15, 30, 60 м с мячом. Обводка препятствий (на скорость). Переменный бег на дистанции 100—150 м (15—20 м с максимальной скоростью, 10—15 м медленно и т. д.) с ведением мяча. Бег с «тенью» (повторение движений партнера, который выполняет бег с максимальной скоростью и с изменением направления) с ведением мяча. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Для вратарей. Из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах; то же, но отталкиваясь от стены ладонями и пальцами; в упоре лежа передвижение на руках вправо, влево, по кругу (носки ног на месте), в упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором. Сжатие теннисного (резинового) мяча. Многократное повторение и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движение кистями и пальцами). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Серии прыжков по 4—8 в «стойке вратаря» толчком двух ног в стороны, то же приставным шагом, то же с отягощением.

Для вратарей. Из «стойки вратаря» рывки (на 5—15 м) из ворот: на перехват или отбивание высоко летящего мяча, на прострел мяча с фланга. Из положения приседа, широкого выпада, седа, лежа — рывки на 2—3 м с последующей ловлей или отбиванием мяча. Упражнения в ловле мячей, пробитых по воротам. Упражнения в ловле теннисного (малого) мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Для вратарей. Повторная, непрерывная в течение 5—12 мин ловля и отбивание мяча, ловля мяча с падением, когда удары по воротам выполняются с минимальными интервалами 3—5 игрокам.

Для вратарей. Прыжки с короткого разбега, доставание высоко подвешенный мяч руками (кулаком), то же с поворотом (до 180°). Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами.

Для вратарей. Прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте, и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола. Комплексы упражнений на быстроту и частоту движений ногами через плоские ориентиры или на координационной лестнице.

1. Техническая подготовка

Теоретическая часть (в процессе практической части занятия).

Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки обучающихся. Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом — рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Анализ выполнения технических приемов в исполнении лучших футболистов России.

Практическая часть.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева), мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков, ведение, обманных движений, посылая мяч низом и верхом в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру. Удары правой и левой ногой различными способами по неподвижному, катящемуся прыгающему и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью, резаные удары. Удары в движении, в прыжке, с

поворотом, через себя без падения, с падением. Удары на точность, силу, дальность, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара, маскируя момент и направление предполагаемого удара. Умение соразмерять силу удара, в прыжке, с падением. Совершенствование умения точно, быстро и неожиданно для вратаря производить удары по воротам.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом. Удары головой по мячу в падении. Удары на точность, силу, дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Совершенствование техники ударов лбом, особенно в прыжке, выполняя их с активным сопротивлением, обращая при этом внимание на высокий прыжок, выигрыш единоборства и точность направления полета мяча.

Остановка (прием) мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановка с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника. Остановка с поворотом до 180 градусов внутренней и внешней частью подъема опускающегося мяча грудью летящего мяча. Остановка подъемом опускающегося мяча. Остановка мяча на высокой скорости движения, выводя мяч на удобную позицию для последующих действий. Остановка мяча головой.

Ведение мяча. Ведение внутренней, серединой, внешней частью подъема стопы. Ведение мяча внутренней стороной стопы. Ведение правой, левой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, выполняя рывки и обводку. Ведение мяча правой и левой ногой на высокой скорости, изменяя направление и ритм движения, применяя финты, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Выполнение финтов с учетом игрового места в составе команды, развитие у обучающихся двигательных качеств, обращая внимание на совершенствование «коронных» финтов (для каждого игрока) в условиях игровых упражнений, товарищеских и других игр.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперед на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) входят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади, в условиях игровых упражнений и учебных играх. Отбор с использованием толчка плечом. Умение определять (предугадывать) замысел противника, владеющего

мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность, в ноги, или на ход партнеру. Вбрасывание мяча на дальность и точность. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низколетящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и с разбега. Ловля летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении, без фазы полета и с фазой полета. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника, ловля мяча без падения и с падением в ноги. Совершенствование бросков мяча рукой и выбивание ногой с земли и с рук на дальность и точность. Применение техники полевого игрока при обороне ворот.

5. Тактическая подготовка

Теоретическая часть (в процессе практической части занятия).

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в футбол.

Практическая часть.

Тактические действия в нападении.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнеров и соперников. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Маневрирование на поле: «открывание» для приема мяча, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля за счет скоростного маневрирования по фронту и подключения из глубины обороны. Умение выбрать из нескольких возможных решений данной игровой ситуации наиболее правильно и рационально использовать изученные технические приемы. Совершенствование тактических способностей и умений: неожиданное и своевременное «открывание», целесообразное ведение и обводка, рациональные передачи, эффективные удары. Умение действовать без мяча и с мячом в атаке на разных игровых местах.

Индивидуальные действия с мячом. Использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом изученные финты) в зависимости от игровой ситуации. Выполнение рациональных передач, эффектных ударов. Умение действовать без мяча и с мячом в атаке на разных игровых местах.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, под удар, короткую или среднюю передачу, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начало игры, угловом, штрафном и свободных ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе). Взаимодействия с партнерами при организации атаки с использованием различных передач: на ход, в ноги, коротких, средних, длинных, продольных, поперечных, диагональных, низом, верхом. Игра в одно касание. Смена флангов атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг. Эффективное взаимодействие на последней стадии развития атаки вблизи ворот противника. Совершенствование игровых и стандартных ситуаций, быстроты организации атак, выполняя продольные, средние и длинные передачи, тактических комбинаций со сменой игровых мест в ходе развития атаки, создания численного перевеса в атаке за счет подключения полузащитников и крайних защитников, остроты действия в завершающей фазе атаки.

Командные действия. Организация быстрого и постепенного нападения по избранной тактической системе. Взаимодействие с партнерами при разном числе нападающих, а также внутри линии и между линиями. Умение взаимодействовать внутри линии и между линиями при организации командных действий в атаке по разным тактическим системам.

Тактические действия в защите.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, то есть осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Совершенствование «закрывания», «перехвата» и отбора мяча, тактических способностей и умений: своевременное «закрывание», эффектное противодействие ведению, обводке, передаче, удару.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Совершенствование правильного выбора позиции и страховки при организации противодействия атакующим комбинациям, слаженности действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника, усиление обороны за счет увеличения числа обороняющихся игроков. Создание численного превосходства в обороне. Взаимодействие при создании искусственного положения «вне игры».

Командные действия. Организация обороны против быстрого и постепенного нападения и с использованием персональной, зонной и комбинированной защиты. Быстрое перестроение от обороны к началу и развитию атаки. Умение взаимодействовать внутри линий и между линиями при организации командных действий в обороне по различным тактическим системам. Совершенствование игры по принципу комбинированной обороны.

Тактические действия вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Выбор места (в штрафной площади) при ловле мяча на выходе и на перехвате, правильное определение момента для выхода из ворот и отбора мяча в ногах, руководство игрой партнеров по обороне. Организация атаки при вводе мяча в игру.

6. Соревновательная деятельность

Теоретическая часть (в процессе подготовки к соревнованиям). Инструктаж по ОТ

и ТБ во время проведения и участия в соревнованиях по футболу. Режим дня перед соревнованиями, питание, средства восстановления. Разбор игры команды соперников. Установка на игру. Психологический настрой на игру, на победу. Медицинский допуск на соревнования. Роль судьи, роль капитана команды. Оформление заявки на соревнования. Схемы проведения соревнований различного уровня. Значение соревновательной деятельности в формировании спортивного мастерства обучающихся. Приказ на выезд от образовательного учреждения (не более 8 учащихся на 1 взрослого). Организация и составление безопасного маршрута к месту соревнования

Практическая часть. Участие в соревнованиях различного уровня.

7. Судейская и инструкторская практика

Теоретическая часть. Футбольная терминология. Изучение правил игры футбол и элементарной методики судейства (термины, жесты судьи и его помощника, др.). Методика составления и проведения разминки. Методика и проведения комплексного упражнения в основной части занятия. Методика составления комплекса общеразвивающих упражнений. Методика составления комплекса упражнений по специальной физической подготовке. Методика оформления плана конспекта занятия, его частей – подготовительной, основной, заключительной. Правила проведения жеребьевки перед соревнованиями. Схемы проведения различных соревнований: Чемпионат Мира, Европы, страны, региона, области, района, города, муниципалитета, школы, Олимпийских игр, турниров.

Практическая часть. Проведение разминки в учебной группе. Проведение комплекса общеразвивающих упражнений, с объяснением исходных положений и методики их выполнения. Проведение разминки специальной физической подготовки, с объяснением исходных положений и методики исполнения движений.

Проведение части тренировочного занятия в качестве помощника педагога в младшей учебной группе, по заранее подготовленному плану конспекта. Судейство учебных игр в качестве полевого судьи, помощника судьи, секретаря. Оформление протокола матча.

7. Контрольные занятия

Теоретическая часть (в процессе подготовки к контрольным занятиям). Методика выполнения контрольно-тестовых упражнений по общей физической и специальной, техникой подготовке. Условия выполнения контрольно-тестовых упражнений. Подготовка к промежуточной аттестации. Подготовка к итоговой аттестации.

Практическая часть. Выполнение контрольно-тестовых упражнений текущей, промежуточной и итоговой аттестации.

Итоговое занятие.

Теоретическая часть. Подведение итогов после каждого года обучения. Подведение итогов промежуточной и итоговой аттестации. Вручение документов об окончании обучения по программе дополнительного образования «Футбол».

Промежуточная, итоговая аттестация, контрольные нормативы – в соответствии с приказом.

1.4. Рабочая программа воспитания

Цель: Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Задачи:

1. Гармоничное развитие личности ребенка.

2. Создание и воспитание патриотических качеств спортсменов.
3. Формирование и укрепление общешкольных традиций, подготовку и проведение коллективных творческих дел (КТД).
4. Сохранение и укрепление здоровья; формирование культуры здорового образа жизни.

Календарный план воспитательной работы (приложение № 2)

Имеется ряд причин, обязывающих тренера - преподавателя серьезно и целенаправленно заниматься воспитательной работой. Воспитание является обязанностью человека, избравшего педагогическую профессию. Тренер - преподаватель полностью в ответе за будущее своих воспитанников. Огромна притягательная сила спорта. Молодые люди способны увлечься этой деятельностью настолько, что она на некоторое время может заглохнуть от них остальные стороны жизни - учебу, подготовку к труду, обязанности перед близкими. В этих условиях авторитет тренера - преподавателя как наставника необычайно высок и выходит далеко за рамки спортивной деятельности, распространяясь на самый широкий круг вопросов.

Спортивная деятельность обладает очень большими воспитательными возможностями для решения любых воспитательных задач.

Как показывает спортивная практика, с первых дней в работе с новичками тренер - преподаватель должен серьезное внимание уделять вопросам нравственного воспитания.

Воспитательная работа проводится в процессе тренировочных занятий, соревнований, а также в свободное от занятий время и имеет следующие основные задачи:

- воспитание у обучающихся патриотизма;
- воспитание сознательного отношения к тренировочному процессу, как средству гармонического развития личности человека;
- воспитание коллективизма, привычки к труду, самоотверженности, этических норм поведения как черты характера;
- вовлечение обучающихся в активную общественную жизнь, воспитание чувства наставничества.

Воспитательная работа проводится в форме:

- лекций и бесед о международной политике и внутренней жизни нашей страны;
- изучения истории своего района, области, экскурсий по родному краю;
- посещения исторических мест, памятников боевой и трудовой славы в местах проведения соревнований;
- встреч со знаменитыми людьми, героями нашей страны, учеными, знаменитыми спортсменами и тренерами, лучшими выпускниками СШ;
- пропаганды традиций отечественного спорта;
- вовлечения обучающихся в общественно-полезный труд;
- участия в показательных выступлениях и соревнованиях;
- индивидуальных бесед, разъяснения, убеждения и принуждения, воздействия общественных органов управления - педагогического совета.

Специфика воспитательной работы состоит в исключительном влиянии тренера-преподавателя на футболиста, объясняющемся тем, что занятия спортом практически не бывают по принуждению, это всегда любимое занятие.

Поэтому важнейшим элементом воспитательной работы является повседневный личный пример тренера-преподавателя и его роль в четкой организации всего тренировочного процесса, своевременном проведении тренировочных занятий и всех запланированных мероприятий.

Компоненты воспитательной работы:

- цель воспитания и конкретные воспитательные задачи, обеспечивающие достижение цели;
- знание и учет возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;
- владение всеми методами воспитания и широким арсеналом методических приемов;
- выбор места и средства педагогического воздействия, организационных форм и характера общения.

Основные принципы, характеризующие условия, в которых должен протекать воспитательный процесс:

- связь воспитания с реальной жизнью и трудом;
- воспитание в коллективе;
- единство требований и воспитательных воздействий со стороны всех взрослых, контактирующих с ребенком;
- сочетание требовательности с уважением к личности воспитанника;
- учет индивидуальных особенностей каждого;
- систематичность и непрерывность воспитательного процесса;
- единство слова и дела в жизни спортивной группы;
- сплоченность коллектива, его ориентацию на спортивные и нравственные идеалы.

Методы и формы воспитательной работы.

Методы воспитания выполняют роль инструментов, с помощью которых решают все возникающие задачи. Сознание юных спортсменов формируется через указание и разъяснение правил поведения на тренировке, во время игры, норм спортивной этики. Большое воспитательное значение имеет личный пример тренера-преподавателя.

Основной в работе тренера - преподавателя является группа методов воспитания, обеспечивающая организацию деятельности юных футболистов, формирования их поведения:

1. Организация четкого контроля за выполнением предъявляемых к группе требований дисциплинарного и поведенческого характера.

2. Организационная четкость учебно-тренировочного занятия, обеспечивающего формирование добросовестности и трудолюбия, и включение футболистов в систему взаимопомощи и взаимооценки при выполнении учебных заданий.

3. Общественные поручения. Достаточно важными для группы и освобождающими тренера-преподавателя от рутинных обязанностей могут стать следующие поручения:

- общее руководство группой (капитан команды);
- контроль за готовностью мест занятий, расстановка и уборка инвентаря;
- проверка личной гигиены и экипировки;
- новости из жизни спорта и футбола в частности;
- разбор нарушений дисциплины, спортивной этики, конфликтов в группе;
- культурно-массовая работа, экскурсии, походы, вечера отдыха, чествование победителей.

Формы организации воспитательной работы в спортивной школе носят групповой и индивидуальный характер, как на учебно-тренировочном занятии, так и в моменты досуга и отдыха. Тренер-преподаватель должен побуждать обучающегося к самоанализу поступков, раскаянию в содеянных безнравственных поступках, стремлению к воспитанию эстетического вкуса и нравственного поведения, и здорового образа жизни не только в период активных занятий, а главное по окончании спортивной карьеры.

В воспитательной деятельности тренер - преподаватель должен привлекать родителей своих обучающихся, помогать выработать режим дня, здоровое своевременное питание. У родителей и педагогов должно быть единство целей и оценок поступков воспитанника, а главное правильная реакция на оценку этих поступков. Необходим контакт с общеобразовательным учебным заведением, где чутко должны понимать важность занятий, радоваться успехам своих учащихся и выступать помощниками в возможности ребёнка и учиться, и полноценно тренироваться, достигая наивысших результатов в избранном виде спорта.

Требования техники безопасности в процессе реализации Программы

Обеспечение безопасности обучающихся и предупреждение травм при проведении тренировочных занятий является одной из главных задач организации тренировочной работы.

Для обеспечения безопасности занятий футболом обязательно выполнение требований инструкций для обучающихся и соблюдение правил техники безопасности.

Обязанности тренера - преподавателя отражены в инструкции по технике безопасности при проведении тренировочных занятий.

1.5. Планируемые результаты

Занятия расширяют диапазон двигательных способностей обучающихся, облегчают в дальнейшем усвоение школьной программы по физической культуре.

Интенсивная работа большого количества мышц при выполнении движений предъявляет высокие требования к основным функциональным системам организма и в то же время оказывает на них тренирующее влияние. Под воздействием движений улучшается функция сердечно - сосудистой и дыхательной систем, укрепляется опорно-двигательный аппарат, регулируется деятельность нервной системы и ряда других физиологических процессов.

Разнообразие форм занятий дает возможность развивать и совершенствовать быстроту, ловкость, силу, выносливость, гибкость. Наряду с физическим развитием детей успешно решаются задачи нравственного, умственного и эстетического воспитания. В период обучения в оздоровительных группах у детей активно формируются нравственно волевые качества: целеустремленность, настойчивость, выдержка, смелость и др.

Результат программы:

1. Общее оздоровление и укрепление здоровья обучающихся.
2. Дальнейшее развитие творческих и физических способностей воспитанников.
3. Формирование здорового образа жизни детей.
4. Привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, спортивными играми.
5. Снижение темпа роста негативных социальных явлений в подростковой и молодежной среде.
6. Повышение результативности в игровых видах спорта.
7. Удовлетворенность родителей и детей формами организации свободного времени.
8. Исполнение социального заказа общества на организацию летней оздоровительной кампании.

9. Внедрение новых форм организации летнего отдыха, оздоровления, занятости детей и подростков.

10. Подготовка обучающихся к зональным, краевым соревнованиям по футболу.

К концу обучения в спортивно-оздоровительной группе обучающиеся должны знать:

- гигиенические требования к обучающимся, правила личной гигиены;
- режим дня спортсмена, основы правильного питания;
- естественные основы по защите организма и профилактике заболеваний;
- историю развития футбола в России и терминологию избранной игры;
- основные правила игры в футбол;
- основные сведения о технике игры, о ее значении для роста спортивного мастерства;
- основные приёмы тактических действий в нападении и в защите;
- правила составления комплексов упражнений на развитие физических качеств;
- правила обращения с инвентарем и спортивным оборудованием;
- технику безопасности при выполнении игровых упражнений;
- правила культурного поведения (в повседневной жизни и в спортивном зале);
- правила общения с тренером-преподавателем и сверстниками.

Должны уметь:

- составлять режим дня и руководствоваться им. Закалять свой организм;
- соблюдать технику безопасности на занятиях;
- выполнять основные технические и тактические действия в игре;
- преодолевать трудности, проявляя силу воли, настойчивость, целеустремленность в достижении положительного результата;
- проявлять дружеские отношения в коллективе сверстников, чувства уважения к старшим, к сопернику, к судьям.

Мотивационная сфера (интерес)

Формируется интерес к самостоятельным и регулярным занятиям физической культурой и спортом.

I. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

2.1. Календарный учебный график

№	2025-2026 учебный год	
1	Начало учебного года	01.09.2025 года
2	Продолжительность учебного периода	24 учебных недель
3	Продолжительность учебной недели	6 дней
4	Периодичность учебных занятий	3 раза в неделю по 2 часа
5	Количество часов	144 часа
6	Программа рассчитана до	16 февраля 2026 года
7	Период реализации программы	01.09.2025-16.02.2026 года

В рамках реализации Программы директором организации утверждается календарный учебный график группы спортивно-оздоровительного этапа (приложение 3).

2.2. Условия реализации программы

Программа реализуется при необходимом кадровом, материальнотехническом обеспечении и оборудовании.

Занятия проводятся на открытом плоскостном сооружении (футбольное поле) и в спортивном зале в зимний период, в условиях соответствующих санитарно-эпидемиологическим нормам и технике безопасности.

Материально-техническое обеспечение и оборудование помещений соответствует требованиям СанПин.

Кадровое обеспечение программы.

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками и другими работниками, имеющими профессиональное образование в области, соответствующей профилю программ, и постоянно повышающих уровень профессионального мастерства.

Материально-техническое обеспечение.

Материально-техническое обеспечение включает минимально допустимый перечень библиотечного фонда (книгопечатной продукции), печатных пособий, технических, компьютерных и других информационных средств обучения и натуральных объектов.

Количество учебного оборудования приведено исходя из его необходимого минимума. При наличии соответствующих возможностей учреждение может изменить это количество в сторону увеличения.

Для реализации Программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал;
- открытое плоскостное сооружение для футбола;
- комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная);
- комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);
- комплект футбольных мячей (на команду);
- футбольные ворота и воротные сетки;
- набивные мячи;
- скакалки;
- насос для накачки мячей;
- фишки, конусы и «пирамиды» для обводки;
- секундомеры;
- утяжелители;
- гимнастические маты;
- видеоматериалы о технических приемах в футболе;
- звуковая и видеоаппаратура.

Для организации качественного и воспитательного процесса у обучающихся отделения волейбол имеется спортивный инвентарь, компьютеры, планшеты, сотовые телефоны, сервер, программное обеспечение.

Наличие у тренеров-преподавателей спортивного инвентаря, компьютера, планшета, сотовых телефонов, сервера, программного обеспечения.

Требования к помещению(ям) для учебных занятий.

Помещения и оборудование должно соответствовать санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам для организации учебного процесса СанПин 2.4.4.3172-14.

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

Оценивание результатов обучения осуществляется через практическую деятельность и через организацию мониторинга результатов обучения и личностного развития обучающихся в процессе освоения ими дополнительной образовательной программы.

В практике спорта выделяют *пять видов* педагогического контроля, каждый из которых имеет свое функциональное предназначение.

Предварительный контроль служит для получения исходных данных уровня подготовленности занимающихся и определения степени их готовности к предстоящим занятиям. Обычно он проводится в начале учебного года. Данные такого контроля позволяют уточнить учебные задачи, наметить средства и методы их решения.

Оперативный контроль предназначен для определения срочного тренировочного эффекта в рамках одного учебного занятия с целью целесообразного чередования на нем нагрузки и отдыха. Например, динамики результатов, демонстрируемых обучающимися при выполнении определенного двигательного задания: времени преодоления заданной дистанции, прыжка в длину или высоту и т.п. в ходе определенного числа повторений или временного интервала.

Текущий контроль служит для определения содержания ближайших занятий и величины физической нагрузки на них. С его помощью определяется текущее состояние и уровень подготовленности обучающихся. По его результатам в учебный журнал выставляются соответствующие текущие оценки.

Этапный контроль предназначен для получения информации о кумулятивном (суммарном) эффекте выполненной в течение одного - трех месяцев работы. Данные, полученные в ходе этапного контроля, позволяют определить эффективность выбранных и реализованных средств, методов и величин физических нагрузок.

Итоговый контроль, проводимый в конце учебного года, служит для определения степени реализации поставленных задач, выявления позитивных и негативных сторон реализованного учебно-тренировочного процесса и его составляющих. Полученные при этом данные являются основой для последующего планирования учебно-тренировочной работы с данным контингентом обучающихся. Сопоставление результатов итогового контроля с нормативными данными позволяет объективно оценить степень подготовленности каждого спортсмена.

В МБУ ДО СШ «Лидер» МОЩР промежуточная аттестация (экзамен) - проводится ежегодно в конце учебного года – апрель/май.

Промежуточное тестирование принимает комиссия, сформированная и утвержденная приказом директора учреждения, в соответствии с предварительно разработанным и утвержденным расписанием.

В составе комиссии могут быть: директор, заместитель директора по УВР, тренеры-преподаватели (старшие) отделений, инструктор - методист.

Результаты тестирования вносятся в протоколы. По итогам промежуточного экзамена принимается решение о переводе/отчислении обучающегося. Решение принимается на педагогическом совете школы.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по итогам завершения освоения образовательной программы, в соответствии с учебным планом в конце учебного года – апрель/май.

Оценка выполнения программы осуществляется по форме зачет/не зачет. «Зачет»

ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)			
	Норматив	Возраст		
		7-8 лет	9 лет	10 лет
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 6,6 с)	6,5 с	6,0 с	5,5 с
	Бег на 60 м со старта (не более 11,8 с)	12,3 м	11,8 м	11,5 м
	Челночный бег 3 x 10 м (не более 9,3 с)	10,2 с	9,5 с	9,3 с
Скоростосиловые качества	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)	110 см	125 см	140 см
	Тройной прыжок (не менее 360 см)	300 м	330 м	360 м
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 12 см)	10 см	12 см	14 см
Выносливость	Бег на 1000 м	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)			
	Норматив	Возраст		
		11-12 лет	13-14 лет	15-18 лет
Быстрота	Бег на 15 м с высокого старта	3,0 с	2,9 с	2,8 с
	Бег на 15 м с хода	2,8 с	2,6 с	2,4 с
	Бег на 30 м с высокого старта	5,3 с	5,1 с	4,9 с
	Бег на 30 м с хода	4,7 с	4,16с	4,5 с
Скоростосиловые качества			1,85 см	1,90 см
	Тройной прыжок	5,80 см	6,00 см	6,20 см
	Тройной прыжок в высоту без взмаха	9 см	10 см	12 см
	Прыжок в высоту со взмахом рук	16 см	18 см	20 см
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 12 см)	10 см	12 см	14 см
Сила		50%	45%	40%
Техническое мастерство	Удар по мячу на дальность (сумма ударов правой и левой ногой)	25	27	30
	Обводка стоек и удар по воротам	6,8	6,7	6,6
	Вбрасывание аут	11	12	13

**Тестовые задания
для оценки освоения программы в части
практической подготовки**

1.1. При проведении тестирования по физической подготовке следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений.

1.1.1. Подтягивание (для оценки силы и силовой выносливости мышц плечевого пояса).

И.П. – вис хватом сверху на перекладине, руки на ширине плеч. Сгибание рук до положения «подбородок над перекладиной», возвращение в и.п. до полного выпрямления в локтевом суставе.

Методические указания: раскачивание тела на перекладине, сгибание ног, перехват рук не допускаются.

Критерием служит максимальное число подтягиваний за 30 сек.

1.1.2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а так же статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног).

И.П. – упор лежа. Сгибание рук до касания грудью пола (скамейки), разгибание – до полного выпрямления рук.

Методические указания: ладони на ширине плеч, локти направлены назад-в стороны. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию, которая сохраняется на протяжении всего выполнения упражнения. Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе без отдыха. Критерием служит максимальное число отжиманий за 30 сек.

1.1.3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц брюшного пресса).

И.П. – лежа на спине, руки в замок за головой, ноги согнуты в коленях на 90 градусов, ступни зафиксированы. Сесть, локтями коснуться коленей, лечь. Методические указания: фиксируется максимальное количество подъемов за 30 секунд в одной попытке. Упражнение выполняется на гимнастическом мате.

1.1.4. Прыжки через скакалку (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).

И.П. – скакалка сзади. Фиксируется максимальное количество прыжков за 1 минуту в одной попытке. Критерием служит максимальное количество прыжков за 1 мин.

1.1.5. Бег 60 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).

Тестирование проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 19 10-15 минутной разминки дается старт. Критерием, служит минимальное время.

**Тестовые задания
для оценки освоения программы в части
технической подготовки**

1. Удар по воротам на точность выполняется по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м (подростки 10-12 лет – с расстояния 11 м). Футболисты 10-15 лет посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделенных по вертикали. Юноши 16-18 лет посылают мяч в половину ворот; он должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе, чем в 10 м за воротами. Выполняется по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попаданий.

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

3. Жонглирование мячом - выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой и левым бедром.

Для вратарей по технической подготовке

Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег, не более четырех шагов), выполняется по коридору шириной 3 м.

Примечание:

1. Упражнения по общей физической подготовке выполняются в туфлях без шипов.

2. Упражнения по специальной физической подготовке выполняются в полной игровой форме.

Методика выполнения двигательных заданий при проведении промежуточной и итоговой аттестации учащихся по специальной физической подготовке

1. Бег 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время бега.

2. Бег 5х30 м с ведением мяча выполняется так же, как и бег 30 м с мячом. Все старты с места. Время на возвращение на старт – 25 сек. В случае нарушения правил прохождения отрезка футболист возвращается на старт (за счет 25 сек.) и упражнение повторяется. Обязанности судей те же, что и при беге на 30 м с мячом.

3. Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по ко-

ридору шириной 5 м.

4. Для удара каждой ногой даются три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

Оценочные материалы

Формы оценивания уровня программного материала:

Очная и дистанционная:

- тестирование, анкетирование, контрольные задания для контроля за уровнем освоения обучающимися программного материала в очной и дистанционной формах.

Оценка уровня:

- В (высокий) – программный материал усвоен учащимся полностью, учащийся имеет высокие достижения;
- С (средний) – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;
- НС (ниже среднего) – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях.

2.4. Методические материалы

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы обучающиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

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

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

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

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

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

- в целом;
- по частям.

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

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

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Формы, методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса

№	Тема программы	Форма организации и проведения занятия	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного	Дидактический материал, техническое оснащение
1	Теоретическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства
2	Общая физическая подготовка футболиста	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающегося
3	Специальная физическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах.	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, наглядный показ педагогом	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающегося
4	Основы технической подготовки футболиста	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, наглядный показ педагогом. Учебная игра	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающегося
5	Игровая подготовка	Групповая, подгрупповая, коллективно-групповая	Практические занятия, упражнения в парах, тренировки, учебная игра	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающегося, видеозаписи

При определении тренировочных и соревновательных нагрузок, осуществлении развития физических качеств спортсменов, обучении их технике и тактике необходимо учитывать периоды полового созревания и сенситивные (чувствительные) фазы развития того или иного физического качества.

Примерные сенситивные (благоприятные) периоды развития физических качеств

Морфофункциональные показатели, физические качества	Возраст, лет										
	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Длина тела						+	+	+	+		
Мышечная масса						+	+	+	+		
Быстрота			+	+	+						
Скоростно-силовые качества				+	+	+	+	+			
Сила						+	+	+			
Выносливость (аэроб-		+	+	+					+	+	+

ные возможности)											
Анаэробные возможности			+	+	+				+	+	+
Гибкость	+	+	+	+							
Координационные способности			+	+	+	+					
Равновесие	+	+		+	+	+	+	+			

II. Список литературы

1. Голдблатт, Дэвид Энциклопедия футбола. Самая полная информация об игре / Дэвид Голдблатт. - М.: АСТ, Астрель, 2020. - 496 с.
2. Голомазов, С.В. Футбол. Тренировка вратарями ловли и отражения мячей "на противоходе" и "на два темпа" / С.В. Голомазов. - М.: ТВТ Дивизион, 2020.- 488 с.
3. Жидков, Иван Евро-2008. Все игроки. Все матчи. Все голы / Иван Жидков. - М.: АСТ, Астрель-СПб, 2018. - 268 с.
4. За гранью фолла. - М.: Молодая Гвардия, 2019. - 240 с.
5. Как научиться играть в футбол. - М.: Харвест, 2017. - 573 с.
6. Мелентьев, Валерий Футбольные финты, уловки, трюки / Валерий Мелентьев. - М.: Спорт, 2018.- 827 с.
7. Симаков, В. И. Футбол. Простые комбинации / В.И. Симаков. - М.: Физкультура и спорт, 2017.-144с.
8. Футбол. Уроки лучшей игры - самый полный самоучитель. Играй лучше, чем папа! -М.: ИЗДАТЕЛЬСТВО"АСТ", 2015.-208с.с.
9. Футбол. Энциклопедия. В 3 томах (комплект). - М.: Человек, 2017. -758 с.
10. Чирва, Б. Г. Футбол. Методика совершенствования "техники эпизодов игры"/

Перечень Интернет-ресурсов

1. rushandball.ru;
2. olympic.ru - Олимпийский Комитет России;
3. ihf.info;
4. ru.wikipedia.org;
5. handball.in.ua;
6. sportcom.ru
7. Министерство просвещения России - <https://edu.gov.ru/>
8. Портал центра образовательных ресурсов - <http://fcior.edu.ru/>
9. Министерство спорта РФ - <https://www.minsport.gov.ru/>.
10. Единый национальный портал дополнительного образования детей <http://dop.edu.ru/home>
11. Портал педагога <https://portalpedagoga.ru/> публикации педагогов дополнительного образования.
12. <https://zoom.us/>

13. (RMC.23@ya.ru)

Электронные образовательные площадки:

1. (<https://www.ted.com/talks>)

Перечень аудиовизуальных средств

1. Видео по футболу | Физкультура
fizkult-ura.ru»Видео»football
2. Видео уроки по футболу
pculture.ru»sekcii/football/video-urok/
3. Видео обзор и повтор матчей по футболу
betfaq.net»video

Видеозаписи официальных матчей с участием сильнейших мужских и женских клубных и сборных футбольных команд.

Индивидуальный образовательный маршрут

_____ учебный год

Для обучающегося с особыми потребностями
(для мотивированных и одаренных)

Тренер - преподаватель: _____

Название объединения: _____

Направленность: _____

1. Фамилия, имя, отчество обучающегося: _____

2. Возраст: _____ дата рождения: _____

3. Характеристика адресата _____

4. Основания для разработки ИОМ _____

5. Условия реализации ИОМ: режим занятий; время, место проведения занятий; длительность занятий, временные границы ИОМ.

6. Цель _____

7. Задачи _____

Содержательный компонент ИОМ

Задачи на уровне обучающегося	Содержание	Ожидаемый результат

Технологический компонент ИОМ

Дидактические материалы _____

Методы проведения занятий _____

Методы мониторинга результатов _____

Фиксация результатов:

Этап/цель	Содержание	Ожидаемый результат
Начальный этап Цель: выявить индивидуальные интересы и творческие потребности на данном этапе.	Беседы и наблюдения за обучающимися во время занятий. Проведение собеседования по изучению мотивации и творческих способностей. Выявление индивидуальных	Развитие индивидуального интереса к занятиям по профилю Подготовка к мероприятиям, раскрывающим творческие возможности.

	творческих желаний интересов.	
Этап развития Цель: способствовать раз- витию и реализации творче- ских способностей обучающегося.	Проведение индивидуальных занятий, консультаций	Участие в творческих мероприятиях
Этап саморазвития Цель: содействовать выходу творческой деятельности обучающегося на новый, более высокий уровень	Совместный подбор и обсуждение нового творческого материала. Индивидуальная работа над творческим проектом.	Участие в творческих мероприятиях Развити е субъектной позиции креативности

№	Тема занятия/виды работ	Кол часов	Формы и методы работы	Примечания и коррективы
1.				
2.				
...				

С индивидуальным образовательным маршрутом ознакомлены:

Тренер – преподаватель _____

Родители _____

Индивидуальный образовательный маршрут
_____ учебный год
Для обучающегося с особыми потребностями ОВЗ
(пример)

Тренер - преподаватель: _____

Название объединения: _____

Направленность: _____

1. Фамилия, имя, отчество обучающегося: _____

2. Возраст: _____ дата рождения: _____

Элементы ИОМ	Содержание ИОМ
Характеристика особенностей психофизического развития обучающегося с ОВЗ, особых образовательных потребностей на основе результатов диагностики (рекомендации ППК, ИПР, ППк)	
Цель и задачи ИОМ	Цель: оказание педагогической помощи в обучении выбранной деятельности ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ); обогащение его социального опыта Задачи: - формировать положительное отношение к занятиям; - развить собственную активность ребенка; - формировать устойчивую мотивацию к выполнению заданий; - развить навыки планирования и контроля деятельности; - развить способность применять полученные знания для решения новых аналогичных заданий
Индивидуальные планируемые результаты деятельности в рамках реализации ИОМ	
Обоснование деятельности для реализации в рамках ИОМ (исходя из индивидуальных	

планируемых результатов обучающегося с ОВЗ)	
Краткое описание отобранных форм занятий, методов и приёмов, технологий для осуществления ИОМ	На занятиях используются разнообразные методы: словесный, наглядный, практический.
Краткое описание и обоснование форм и способов отслеживания результатов	
Выводы и достижения планируемых результатов	
Предложения по корректировке ИОМ	

№	Тема занятия/виды работ	Кол часов	Формы и методы работы	Примечания и корректировки
1.				
2.				
...				

С индивидуальным образовательным маршрутом ознакомлены:

Тренер – преподаватель _____

Родители _____

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению
1. Здоровьесбережение			
1.	1. Дни здоровья и спорта: «Папа, мама и я – спортивная семья», «Веселые старты» 2. спортивные фестивали, праздники, акции 3. флэш-мобы	1 полугодие 2 полугодие	- формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта
2.	Режим питания и отдыха:	1 полугодие 2 полугодие	формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тр. процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета)
Патриотическое воспитание обучающихся			
1.	Теоретическая подготовка: 1. лекции, беседы на военно-патриотические темы; 2. встречи с ветеранами и героями военных действий (февраль); 3. посещение музеев (во время школьных каникул); 4. просмотр видеофильмов, походы в кино; 5. товарищеские встречи по культивируемым видам спорта с бывшими воспитанниками (в дни зимних каникул); 6. встречи с лучшими воспитанниками «СШ» (во время школьных каникул); 7. чествование воспитанников-победителей краевых и Всероссийских соревнований.	1-2 полугодие	формирование гражданина-патриота, приобщение спортсменов к отечественной истории, традициям, культурным ценностям, достижениям российского спорта воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн) готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях используя беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки
2.	Практическая подготовка: 1. военно-патриотические мероприятия: День солидарности в борьбе с терроризмом «Мы помним Беслан» (3 сентября), День памяти и скорби (22 июня). Акции: «Окна России», «Георгиевская ленточка», «Бессмертный полк» (май), «Окна России» (12 июня). 2. проведение традиционных соревнований. 3. спортивные мероприятия, посвященные памяти тренеров, спортсменов. 4. Традиционные мероприятия: «День защиты детей» (1 июня),		

	«День физкультурника» (август), «Праздник спорта и таланта (6-11 сентября), День молодежи (26 июня), День Петра и Февроньи (8 июля). 5. спортивные мероприятия, посвященные праздникам: Нового года, Рождества, Международному женскому дню, Дню защитника Отечества, Дню Весны и Труда, Дню Победы.		
Развитие творческого мышления			
1.	Практическая подготовка: 1. обсуждение прочитанной спортивной литературы 2. выпуск стенных газет 3. оформление спортивных стендов 4. знакомство с архитектурными, историческими и культурными достопримечательностями городов (в рамках участия в спортивных мероприятиях или специально организованных экскурсиях) 5. посещение кино, выставок и др.,	1-2 полуг одие	формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов, развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; правомерное поведение болельщиков; расширение общего кругозора юных спортсменов
Экологическое воспитание			
1.	1. лекции, беседы по экологии 2. экскурсии на природу, походы 3. мероприятия по охране природы (во время школьных каникул): трудовой десант «Зеленная планета», «Чистая территория», «Мы против пластика»	1 раз в полуг одие	разъяснение причин негативных экологических последствий и возможностей их предотвращения, вовлечение обучающихся в практические мероприятия по охране природы:
Духовно-нравственное воспитание			
1.	1. индивидуальные консультации, убеждение и беседы по вопросам учебно-тренировочного процесса; 2. родительские собрания; 3. анкетирование и опросы родителей; 4. совместная досуговая деятельность, посещение родителями тренировочных занятий и соревнований 5. родительские собрания	1-2 полуг одие	способствовать развитию навыков позитивного общения, созданию доброжелательных семейных отношений, благоприятной эмоциональной атмосферы через организацию совместного физкультурно-спортивного досуга; – содействовать формированию сплоченности родителей, тренеров-преподавателей и детей; – укреплять духовно-нравственные традиции семьи и содействовать их возрождению.
Связь с семьей			
1.	1. родительские собрания 2. беседы 3. круглых столов с приглашением специалистов 3. внутришкольные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятий совместно с родителями: «Веселая и ловкая спортивная семья» 4. День открытых дверей учреждений дополнительного образования (1 раз в год)	1 раз в полуг одие сентя брь	взаимодействие школы и семьи; установление заинтересованного диалога и сотрудничества, установление партнерских отношений с родителями, привлечение родителей к проведению и участию в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях, вовлечение родителей в учебно-тренировочный процесс.

Приложение № 3

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК группы спортивно-оздоровительного этапа (СОЭ)

№ п/п	Содержание занятий	Количество учебных часов по месяцам												Всего часов
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль							
1.	Теоретическая подготовка	1	1	1	1									4
11.	Практическая подготовка	14	22	26	26	26	26							140
1	Общая физическая подготовка	10	10	10	10	10	10							60
2	Специальная физическая подготовка	1	2	3	3	3	3							15
3	Техническая подготовка		7	7	7	7	7							35
4	Тактическая подготовка	1	1	2	2	2	2							10
5	Технико-тактическая подготовка	1	1	2	2	2	2							10
6	Контрольные игры, соревнования	1	1	2	2	2	2							10
7	Промежуточная, итоговая аттестация, контрольные нормативы	Согласно локальному акту организации												
8	Участие в соревнованиях, судейская практика	Согласно календарного плана спортивно-массовых мероприятий												
	Всего часов:	15	23	27	27	26	26							144

