

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Родионово-Несветайского района
«Авиловская средняя общеобразовательная школа»
(МБОУ «Авиловская СОШ»)

«ПРИНЯТО»

на заседании
педагогического совета
МБОУ «Авиловская СОШ»
Протокол №2
от 27. 08.2025 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор
МБОУ «Авиловская СОШ»
_____/С.В. Петров/
Приказ от 27.08.2025г.
№165

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОГО НАПРАВЛЕНИЯ
«ФУТБОЛ: Твои шаги к здоровью»**

Уровень программы: ознакомительный

Вид программы: адаптированная

Уровень программы: модульная

Возраст детей: от 6,5 до 18 лет

Срок реализации: 1 год, 102 ч.

Условия реализации программы: особых условий нет

Разработчик: Петров Сергей Валерьевич,
учитель физической культуры

Родионово-Несветайский район

х. Авилов

2025г.

РАЗДЕЛ I. «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ»

1.1. НОРМАТИВНО-ПРАВОВАЯ БАЗА

1. Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 17.02.2023) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023, далее – ФЗ №273).
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 29.12.2022г.).
4. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» (далее – Концепция).
5. Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
6. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30 ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ (в ред. от 27.09.2017).
7. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 г.
8. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ №629).
9. Приказ Министерства 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» (далее – Приказ № 816).
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 02.02.2021г.).
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20«Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН).
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 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» (рзд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)».
13. Постановление Правительства Ростовской области от 08.12.2020 № 289 «О мероприятиях по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в Ростовской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
14. Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 14.03.2023г №225 «О проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ в Ростовской области».

15. Устава Муниципального общеобразовательного учреждения Родионово- Несветайского района «Авиловская средняя общеобразовательная школа»;
16. Программы дополнительного образования (общеобразовательная) МБОУ «Авиловская СОШ», утвержденной приказом МБОУ «Авиловская СОШ» от 20.08.2025г. № 151-б;
17. Положения о порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам МБОУ «Авиловская СОШ», утвержденного 17.05.2024г № 73-а
18. Положения об организации обучения с применением дистанционных образовательных технологий по дополнительным общеобразовательным программам МБОУ «Авиловская СОШ», утвержденного 29.06.2020 года № 181.
19. Календарного графика дополнительного образования МБОУ «Авиловская СОШ» на 2025-2026 учебный год.

1.2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

НАПРАВЛЕННОСТЬ и ПРОФИЛЬ дополнительной общеобразовательной программы: физкультурно-спортивный

ВИД программы и УРОВЕНЬ программы: общеобразовательная, ознакомительный уровень.

ТИП программы: модифицированная.

ФОРМА содержания: однопрофильная

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ программы: данная программа формирует у обучающихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное – воспитывает личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программа создана на основе курса обучения игре в мини – футбол. Технические приемы, тактические действия и игра в мини – футболе таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Актуальность и новизна программы: помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка. Успешность обучения футболу детей, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Возрастные и индивидуальные различия ребёнка являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов техники футбола.

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ программы:

- ежегодно 85 % учащихся МБОУ «Авиловская СОШ» изъявляют желание посещать спортивный кружок по мини-футболу;
- учащиеся школы ежегодно принимают участие в районных соревнованиях по мини-футболу согласно графику Спартакиады;
- увеличивается число учащихся занимающихся спортом, стремящихся к ЗОЖ, проводящих время с пользой для себя;

- игра в футбол развивает выносливость, тренирует волю, приучает к организованности, ответственности, формирует коммуникативные качества -необходимым в современном обществе.

Цели:

- Привлечь к систематическим занятиям мини-футболом максимально возможное количество детей;
- Повысить уровень физической подготовленности ребёнка;
- Научить элементарным приёмам работы с мячом;
- Научить простым правилам игры в мини-футбол.

Задачи:

- Формировать положительную мотивацию юных спортсменов к занятиям мини-футболом;
- Повысить общую координацию движений;
- Расширить объём двигательных умений и навыков юных футболистов;
- Повысить скоростно-силовые возможности юных футболистов.

АДРЕСАТ программы (характеристика):

- программа направлена на учащихся, проявляющих интерес к физической культуре и спорту, не имеющих медицинских противопоказаний.

Возраст обучающихся: от 6,5 до 18 лет.

Количество обучающихся в группе: не больше 20 человек. 1 группа – учащиеся от 6,5 до 11 лет; 2 группа – учащиеся от 11 до 18 лет.

ОБЪЕМ программы: 102ч.

ФОРМЫ организации образовательного процесса:

По количеству детей, участвующих в занятии: коллективная, групповая.

По особенностям коммуникативного взаимодействия: лекция с элементами беседы, практикумы, просмотр видео; изучение печатных и других учебных и методических материалов, опросы, консультации, просмотр презентации, самостоятельная работы обучающихся, отработка практических умений, контроль знаний, самоконтроль, ведение дневника тренировок.

Словесные методы: описание, объяснение, рассказ, разбор, указание, команды и распоряжения, подсчёт.

Наглядные методы: показ упражнений и техники футбольных приёмов, использование учебных наглядных пособий, видеофильмы, DVD, слайды, жестикуляции.

По дидактической цели: вводные занятия, занятия по углублению знаний, практические занятия, комбинированные формы занятий.

Практические методы: метод упражнений, метод разучивания по частям, метод разучивания в целом, соревновательный метод, игровой метод

ФОРМА реализации программы: очная

ВИДЫ занятий: основные виды деятельности: упражнения для изучения техники, тактики футбола; общефизические упражнения, специальные физические упражнения, игровая практика.

Программа разработана на основе: Учебной программы для детско-юношеских спортивных школ. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф.: -Минск, 1992, Поурочной программы подготовки юных футболистов 6 – 9 лет /Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. – М.: Граница,2008.

и Примерной программы спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, 2010 год.

РЕЖИМ занятий:

Занятия будут проходить каждую пятницу младшая группа: с 17.00-17.45, старшая группа с 18.00 до 18.45.

С 12.01.2026 года занятия будут проходить:

-1 младшая группа- каждый понедельник с 17.00 до 18.45, 2 академических часа по 45 минут, во время занятий предусмотрен 15-минутный перерыв для снятия напряжения, отдыха, проветривания спортзала;

-2 старшая группа- каждую пятницу с 18.00 до 19.45, 2 академических часа по 45 минут, во время занятий предусмотрен 15-минутный перерыв.

ОБЪЕМ И СРОК освоения программы:

согласно дополнительной общеобразовательной программе МБОУ "Авиловская СОШ" на 2025-2026 учебный год на изучение программы кружка «Футбол. Твои шаги к здоровью» отводится 2 ч. в неделю по 45 минут.

Согласно календарному графику, расписанию кружков МБОУ «Авиловская СОШ» на 2025-2026 учебный год программа будет реализована за 70 часов.

Согласно приказу МБОУ «Авиловская СОШ» от 12.01.2026г №2 «Об изменении нагрузки кружковой работы среди педагогических работников МБОУ «Авиловская СОШ» на кружок «Футбол. Твои шаги к здоровью» добавлено 2 часа, поэтому с 12.01.2026 года на данный кружок отводится 4 часа в неделю по 45 минут (в каждой группе по 2 часа в неделю). Согласно календарному графику, расписанию кружков МБОУ «Авиловская СОШ» на 2025-2026 учебный год программа будет реализована за 102 часа.

СРОК реализации программы: краткосрочная с 05.09.2025 г. по 25.05.2026г.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учащиеся должны знать:

- Историю развития футбола;
 - Правила игры в мини-футбол;
 - Технику и тактику игры в футбол:
- значение правильного режима дня юного спортсмена;
 - разбор и изучение правил игры в футбол;
 - роль капитана команды, его права и обязанности;
 - правила использования спортивного инвентаря;
 - задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом;
 - значение и содержание самоконтроля;
 - дневник самоконтроля;
 - причины травм на занятиях по футболу и их предупреждение.

Учащиеся должны:

- развить физические качества;
- изучить основные приёмы и навыки игры в футбол;
- уметь оценивать свои достижения;
- участвовать в соревнованиях, турнирах по своему возрасту;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

Прогнозируемые результаты реализации программы

В конце изучения программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, успешная социальная адаптация учащихся, развитие коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных и районных мероприятиях (если позволит эпидемиологическая ситуация), качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

По окончании данного учебного - тренировочного цикла ожидается выполнение учащимися нормативов по ОФП, а также:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта "футбол";
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта "футбол";
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья.

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ: текущие, контрольные и переводные испытания (выполнение норматива по общей и специальной физической подготовке для своего возраста), умение вести дневник тренировок, учет физических упражнений, нагрузок. Фиксация данных самоконтроля. Самоконтроль.

СОДЕРЖАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ

I. Теоретическая подготовка- 14ч.

- история возникновения и развитие футбола;
- основы техники безопасности до, во время и после занятий;
- строение и функции организма человека;
- гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена;
- врачебный контроль и самоконтроль;
- общая и специальная физическая подготовка; техническая подготовка; тактическая подготовка;

- воспитание морально – волевых качеств. Психологическая подготовка;
- основы методики обучения и тренировки; планирование спортивной тренировки и учет;
- правила игры в футбол.

Организация и проведение соревнований; установка перед игрой и разбор проведенной игры; места занятий, оборудование и инвентарь.

II. Общая физическая- 28ч. Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Легкоатлетические упражнения. Акробатические упражнения. Спортивные игры по упрощенным правилам /ручной мяч, баскетбол/. Подвижные игры специальной направленности, с элементами футбола. Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий разной направленности.

III. Специальная физическая-28ч. Упражнения для развития быстроты; упражнения для развития гибкости; упражнения для развития дистанционной скорости; упражнения для развития скорости переключения с одного действия на другое; упражнения для развития скоростно-силовых качеств; упражнения для развития специальной выносливости; упражнения для развития ловкости.

IV. Избранный вид спорта-32ч.

3.1. Техника игры. Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед, с крестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, с 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. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на одной ноге; в стороны и назад; на месте и в движении. Остановка во время бега выпадом и прыжком. Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа и слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое с среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.

Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка 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. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника. Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущимися партнёрами; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в 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).

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпад. 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. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону с крестным, приставным шагом и скачками.

3.2.Технико-тактическая. Знать выполнение техники:

- техника передвижения; ведения мяча; остановки мяча: ногой (подошвой),внутреннейсторонойстопы,внешнейсторонойстопы,серединойподъема;
- удары по мячу: носком, внутренней стороной стопы, серединой подъема (прямым подъема), внутренней частью подъема, внешней частью подъема;
- удары по мячу головой;

- обманные движения; отбор мяча.

Тактические действия:

- *знать индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча; уметь правильно располагаться на футбольном поле; меть ориентироваться, правильно реагировать на действия партнеров и соперника;*
 - *индивидуальные и групповые действия в обороне:*
- правильный выбор позиции по отношению к опекаемому игроку и противодействие получению им мяча, т.е. осуществление «закрывание»;
- выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.
- противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

- *индивидуальные действия в атаке:*
- открывание для приема мяча, отвлекание соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля за счет скоростного маневрирования и подключения из глубины обороны. Умение выбрать из нескольких возможных решений данной игровой ситуации наиболее правильного и рационально использовать изученные технические приемы.

Групповые действия:

- взаимодействия с партнерами при организации атаки с использованием различных передач. Игра в одно касание. Смена флангов атаки. Совершенствование игровых и стандартных ситуаций.

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.

Учебные и тренировочные игры:

-совершенствование индивидуальных, (*групповых и командных по возможности*) тактических действий при игре по избранной тактической системе.

3.3.Участие в соревнованиях (если будет благоприятная эпидемиологическая ситуация).

3.4.Текущие, контрольные и переводные испытания (выполнять нормативы по общей и специальной физической подготовке для своего возраста).

4.Самостоятельная работа обучающихся. Умение вести дневник тренировок. Самостоятельное выполнение заданий тренера-преподавателя. Учет физических упражнений, нагрузок. Фиксация режима дня. Фиксация данных самоконтроля. Фиксация временных ограничений и противопоказаний к занятиям. Самоконтроль.

Формы проведения занятия: лекция, консультации, просмотр презентации, самостоятельной работы обучающихся: просмотр видео-лекции, отработка практических умений, изучение печатных и других учебных материалов, контроль знаний, самоконтроль, ведение дневника тренировок, соревнования.

Требования техники безопасности.

В ходе реализации Программы необходимо руководствоваться инструкциями по охране труда при проведении тренировочных занятий по спортивным играм, при проведении спортивных соревнований.

Раздел 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ»

2.1. УЧЕБНЫЙ ПЛАН (две группы)

№ п/п	Месяцы/ Предметная область	9	10	11	12	01	02	03	04	05	Всего часов
1.	Теоретическая подготовка	1	1	1	1	2	2	2	2	2	14
2.	Общая физическая	2	2	2	2	4	4	4	4	4	28
3.	Специальная физическая	2	2	2	2	4	4	4	4	4	28
4.	Избранный вид спорта	2	2	3	3	3	4	5	5	5	32
Общее количество часов		7	7	8	8	13	14	15	15	15	102

Воспитательная работа

Воспитание – это целенаправленное управление процессом развития личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Тренер-преподаватель решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри учебной группы (команды), учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации её творческого потенциала, обеспечение активной социальной защиты ребенка, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по решению собственных проблем.

Функции тренера-преподавателя при построении воспитательной работы в коллективе:

- организация разнообразной деятельности в группе;
- забота о развитии каждого обучающегося;
- помощь в решении возникающих проблем.

Основой формирования коллектива является цель, достижению которой подчинена деятельность его членов. Намеченная цель должна показывать коллективу возможности развития и перспективы. В спорте такой перспективой будет победа в матче, турнире, первенстве. Достижение одной цели должно сопровождаться постановкой другой, более сложной. Только в этом случае возможно поступательное развитие коллектива.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований, так и во внеурочное время в форме бесед, лекций, экскурсий, участия в различных праздниках, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях.

В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к учебно-тренировочным занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины.

Работа тренера преподавателя с родителями осуществляется, в основном, в форме родительских собраний и индивидуальных собеседований. В рамках собеседований тренер-преподаватель и родители проводят совместный анализ физического состояния обучающегося, соблюдение им режима, итоги участия в соревнованиях. По итогам собеседования принимается совместное решение о том, что будет делать тренер – преподаватель, а что будут делать родители для того, чтобы их ребёнок мог успешно развиваться дальше и добиваться более высоких спортивных результатов. Помимо этого родители обучающихся посещают соревнования и досуговые мероприятия, проводимые тренером – преподавателем для обучающихся. После соревнований тренер – преподаватель совместно с родителями и обучающимися проводит анализ выступлений. Тренер – преподаватель отмечает, что родители учеников, занимающихся на протяжении нескольких лет, активно сотрудничающих с педагогом, могут почти профессионально оценить результаты развития собственного ребёнка.

В работе с учащимися применяется широкий круг средств и методов воспитания.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов.

Воспитательная работа должна создавать условия для самосовершенствования и саморазвития, самоактуализации каждого обучающегося. Особенно важное значение имеет самовоспитание волевых качеств личности, формирование спортивного характера.

№	Название мероприятия	Сроки	Ответственный
1.	Работа с учащимися		Руководитель кружка
1.1.	«В мини-футбол играю – здоровья прибавляю»- информация +	сентябрь	
1.2.	«Как развивать основные технические, тактические и физические навыки мини-футбола»	октябрь	
1.3.	Соревнования по мини-футболу	декабрь	
1.4.	Участие в муниципальных соревнованиях по мини-футболу	февраль, май	
1.5.	Индивидуальные консультации и тренировки	По факту	
2.	Работа с родителями		Руководитель кружка
2.1.	Собрание с родителями учащихся «Цели и задачи секции «Твои шаги к здоровью»	Сентябрь	
2.2.	Индивидуальные консультации	По необходимости	
2.2.	Разработка и распространение памятки «Как развивать физические	Октябрь	

	способности детей»		
2.3.	Удовлетворенность родителей работой кружка (диагностика)	Апрель	
2.4.	Турнир по мини-футболу детей и родителей	Май	

2.2. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график является приложением № 1 к образовательной программе спортивно-оздоровительного направления «Твои шаги к здоровью»

2.3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Условия реализации программы:

1. Наличие необходимого спортивного инвентаря.
2. Заинтересованность детей.

Формы и принципы сотрудничества с семьей ребенка: индивидуальные беседы, онлайн- беседы и консультации, совместная работа по организации соревнований.

Кадровое обеспечение: программа реализуется педагогом, имеющим педагогическое образование, курсовую подготовку по дополнительному образованию.

Материально-техническое оснащение:

1. Помещение удовлетворяет санитарно- гигиеническим требованиям (занятия спортивной секции проходят в спортзале)

2. Оборудование:

- ✓ Футбольные ворота 2 шт;
- ✓ Футбольные мячи 10 шт;
- ✓ Стойки футбольные 10 шт;
- Скакалки 20 шт;
- ✓ Фишки переносные 20 шт.

3. Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, DVD-записи спортивных игр и соревнований с участием ведущих команд Мирового футбола, методические разработки в области мини-футбола.

При реализации Программы используются следующие **методы обучения:**

- словесная передача знаний и руководства действиями занимающимися: объяснение, рассказ, беседа;

- обучение технике и тактике: демонстрация (показ), 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;
- выполнение упражнений для развития физических качеств: непрерывный, повторный, круговой, контрольный, игровой, соревновательный циклы.

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

2.4. ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И АТТЕСТАЦИИ

Формами аттестации Программы являются:

- сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- участие в соревнованиях различного уровня (школьных, районных);
- итоговое соревнование по мини-футболу.

Контроль является одной из функций управления тренировочным процессом. Объективная информация о состоянии обучающихся в ходе тренировочной и соревновательной деятельности позволяет тренеру анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки.

В конце учебного года (в мае месяце) все обучающие группы (младшей и старшей) сдают по общей физической подготовке контрольно-оценочные испытания. Итоговая аттестация проводится в конце учебного года и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

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

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

Текущий контроль осуществляется систематически, по итогам изучения разделов программы и фиксируется в журнале учета работы педагога дополнительного образования. Формы текущего контроля: тестирования, сдача нормативов. Результаты текущего контроля анализируются педагогом дополнительного образования по следующим критериям: высокий, средний, допустимый.

В ходе проведения аттестации определяется уровень теоретической, практической подготовки обучающихся в форме зачета.

Критерии оценки:

- Высокий уровень – обучающийся допустил не более одной ошибки.
- Средний уровень – обучающийся допустил не более трех ошибок.
- Допустимый уровень – обучающийся допустил более трех ошибки.

Практическая подготовка проверяется через сдачу нормативов и фиксируется в Протоколе результатов промежуточной аттестации. Результатом промежуточной аттестации является среднее значение между уровнями теоретической и практической подготовки, которое фиксируется в Протоколе промежуточной аттестации.

Протокол результатов промежуточной аттестации в 20__ - 20__ учебном году

Детское объединение:

Год обучения:

Руководитель ДО:

2.5. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

Оценочные и методические материалы обеспечивающие реализацию Программы представлены тестовыми заданиями по оценке уровня физической, технической подготовки и контрольно-переводными нормативами.

Методика и содержание выполнение контрольных нормативов:

Бег 30 м. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого.

Челночный бег 30 м (5х6 м). На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий. Прыжок в длину с места. Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

Жонглирование мячом ногами. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Бег 30 м с ведением мяча. Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом.

Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

Диагностическая карта контроля уровня обученности младшей/старшей группы
секции «Твои шаги к здоровью»
(ФИО педагога) _____

№	Месяц/год	Ф.И.О. обучающегося	Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Результат	Уровень аттестации (высокий, средний, низкий)	Нормативы

--	--	--	--	--	--	--	--

1.Техническая подготовка

- ✓ Испытание на точность передачи. (Устанавливаются ограничители расстояния и высоты передачи. Каждый учащийся выполняет 5 попыток).
- ✓ Испытание на точность ударов по воротам. (Ворота разделяются на 6 секторов).
- ✓ Испытания в защитных действиях.
- ✓ Испытания в атакующих действиях.

2.Тактическая подготовка.

Действия при приеме мяча в поле.(Основное содержание испытаний заключается в выборе способа действия в соответствии с заданием, сигналом. Дается два упражнения: 1) выбор способа остановки мяча (по заданию). Дается 10 попыток. Учитывается количество правильных попыток и качество приема. 2) выбор способа действия: при игре в защите Дается 10 попыток. Учитывается количество правильно выполненных заданий и качество).

Контрольные упражнения	Результат
Общая физическая подготовка.	
Прыжки в длину с места	140 см
Тройной прыжок с места	400 см
Бег на 30 метров	5,6 сек.
Бег на 300 м	60 сек.
Техническая подготовка	
Накат справа по диагонали	12 ударов
Подрезка справа и слева	8 ударов
Поддачи и их прием	4 удара
Специальная физическая подготовка.	
Бег 30 м с мячом, сек	6,4 сек
	40 м
Вбрасывание мяча на дальность	14 м
Техническая подготовка	
Жонглирование мячом	12 раз
Остановка мяча внутренней стороной стопы	
Удар по мячу на точность	7 попаданий

третий год обучения

Контрольные упражнения	Результат
Общая физическая подготовка.	
Прыжки в длину с места	170 см

Тройной прыжок с места	465 см
Бег на 30 метров	4,9 сек
Бег на 300 м	54 сек
Техническая подготовка	
Накат справа по диагонали	20 ударов
Подрезка справа и слева	15 ударов
Поддачи и их прием	10 ударов
Специальная физическая подготовка	
Бег на 30 м с мячом	6,0 сек
	50 м
Вбрасывание мяча на дальность	14 м
Техническая подготовка	
Жонглирование мячом	25 раз
Остановка мяча внутренней стороной стопы	
Удар по мячу на точность	10 попаданий

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1.	Координационные	Челночный бег 4х9 м (сек.)	10	10.8	10.4	10.0
			18	10.5	10.2	8.9
2.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см.)	10	150	170	190
			18	160	180	210

2.6. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Основная педагогическая технология- игровая, здоровьесберегающая.
2. Методический материал по футболу.
3. Использование бесплатных Интернет-ресурсов для просмотра занятий по футболу.
5. Материально-техническое обеспечение:
 1. Учебные и учебно-наглядные пособия.
 2. Спортивный инвентарь.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература:

1. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ: Минск, 1992.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978.
3. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов.-Х.: Основа, 1993.
4. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
5. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
6. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, -1998.
7. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6 – 9 лет /Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. – М.: Граница,2008.
8. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск)
9. Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР, 2010 год
10. .Рогальский Н., Дегель Э.Г. Футбол для юношей. Пер с немецкого М.: ФиС, 1971.
11. Системы подготовки спортивного резерва / под общ.ред. Никитушкина В.Г.- М.: Квант-С,1994.
12. Футбол. Учебник для физкультурных интернатов./ под ред. Казакова П.Н. М.: ФиС, 1978.
13. Футбол: примерная программа для детско – юношеских спортивных школ, специализированных детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва / В.П.Губа, П.В. Квашук, В.В. Краснощеков, П.Ф. Ежов, В.А. Блинов. – М.: Советский спорт, 2010г.

Информационные ресурсы

1. Ассоциация мини-футбола России <http://amfr.ru/>
2. Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта. Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/>

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ВР

_____/Иванова И.Б./

« ____ » _____ 20 ____ г.

Приложение №1
к образовательной общеразвивающей
программе дополнительного образования
«Твои шаги к здоровью»

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
образовательной общеразвивающей программы
спортивного направления «Твои шаги к здоровью»

№ п/п	Дата	Время прове- дения занятия	Форма занятия	Кол-во часов		Тема занятий	Место прове- дения	Форма контроля
				г	п			
1. Теоретическая подготовка								

1.		17.00-18.45 1 группа 18.00-19.45 2 группа	лекция, просмотр презентации	9	<p>История возникновения и развитие футбола;</p> <ul style="list-style-type: none"> -основы техники безопасности до, во время и после занятий; -строение и функции организма человека; - гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена; - врачебный контроль и самоконтроль; - общая и специальная физическая подготовка; техническая подготовка; тактическая подготовка; - воспитание морально – волевых качеств. Психологическая подготовка; - основы методики обучения и тренировки; планирование спортивной тренировки и учет; - правила игры в футбол. <p>Организация и проведение соревнований; установка перед игрой и разбор проведенной игры; места занятий, оборудование и инвентарь.</p>	Спортивный зал	Опрос
----	--	--	------------------------------	---	--	----------------	-------

2.Общая физическая

2.		17.00-18.45 1 группа 18.00-19.45 2 группа	лекция, консультации, самостоятельной работы обучающихся: лекции, отработка практических умений, изучение печатных и других учебных материалов	4	14 Общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Легкоатлетические упражнения. Акробатические упражнения. Спортивные игры по упрощенным правилам /ручной мяч, баскетбол/. Подвижные игры специальной направленности, с элементами футбола. Эстафеты встречные и круговые, с преодолением полосы препятствий разной направленности.	Спортивный зал	Самоконтроль, ведение дневника тренировок, выполнение норматива по общей и специальной физической подготовке для своего возраста, учет физических упражнений, нагрузок.
----	--	--	--	---	---	----------------	---

3.Специальная физическая

3.		17.00-18.45 1 группа 18.00-19.45 2 группа	лекция, консультации, выполнение упражнений, отработка практических умений	4	14	Упражнения для развития быстроты; упражнения для развития гибкости; упражнения для развития дистанционной скорости; упражнения для развития скорости переключения с одного действия на другое; упражнения для развития скоростно-силовых качеств; упражнения для развития специальной выносливости; упражнения для развития ловкости.	Спортивный зал	Самоконтроль, ведение дневника тренировок
----	--	--	--	---	----	---	----------------	---

4. Избранный вид спорта

4.		17.00-18.45 1 группа 18.00-19.45 2 группа	лекция, консультации, выполнение упражнений, отработка практических умений, консультация, игра в настольный футбол	5	20	<p><i>Техника игры.</i> Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, с 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. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на одной ноге; в стороны и назад; на месте и в движении. Остановка во время бега выпадом и прыжком. Удары по мячу ногами. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа и слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удары внешней частью подъёма. Выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое с среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.</p> <p>Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.</p> <p>Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.</p> <p>Остановка 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. Остановки с переводом в стороны,</p>	Спортивный зал	Самоконтроль, ведение дневника тренировок, выполнение норматива по общей и специальной физической подготовке для своего возраста, учет физических упражнений, нагрузок, видеотрансляция достижений
----	--	--	--	---	----	--	----------------	--

подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника. Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъёма, внешней частью подъёма. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущимися партнёрами; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в 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).

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде. 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. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.

Технико-тактическая. Знать выполнение техники:

- техника передвижения; ведения мяча; остановка мяча: ногой(подошвой),внутреннейсторонойстопы,внешнейсторонойстопы ,серединойподъема;
- удары по мячу: носком,внутреннейсторонойстопы,серединойподъема(прямымподъема),внутренней частью подъема, внешней частью подъема; удары по мячу головой;
- обманные движения; отбор мяча.

Тактические действия:

- знать индивидуальные действия игрока с мячом и без мяча; уметь правильно располагаться на футбольном поле; меть ориентироваться, правильно реагировать на действия партнеров и соперника;
- индивидуальные и групповые действия в обороне:
 - правильный выбор позиции по отношению к опекаемому игроку и противодействие получению им мяча, т.е. осуществление «закрывание»;

					<p>- выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.</p> <p>-противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.</p> <ul style="list-style-type: none">• индивидуальные действия в атаке: <p>- открывание для приема мяча, отвлекание соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля за счет скоростного маневрирования и подключения из глубины обороны. Умение выбрать из нескольких возможных решений данной игровой ситуации наиболее правильного и рационально использовать изученные технические приемы.</p> <p><i>Групповые действия:</i></p> <p>- взаимодействия с партнерами при организации атаки с использованием различных передач. Игра в одно касание. Смена флангов атаки. Совершенствование игровых и стандартных ситуаций.</p> <p><i>Командные действия:</i></p> <p>организация быстрого и постепенного нападения по избранной тактической системе. Взаимодействие с партнерами при разном числе нападающих, а также внутри линии и между линиями.</p> <p><i>Учебные и тренировочные игры:</i></p> <p>-совершенствование индивидуальных, (групповых и командных по возможности) тактических действий при игре по избранной тактической системе.</p> <p>Участие в соревнованиях. (если будет благоприятная эпидемиологическая ситуация)</p> <p>Текущие, контрольные и переводные испытания</p> <p>-выполнять нормативы по общей и специальной физической подготовке для своего возраста.</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--

II. Общая и специальная физическая подготовка.									
1. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ.									
2. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости.									
3. Упражнения для развития скорости.									
4. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.)									
III. Техника игры в футбол. Избранный вид спорта									
1. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.									
2. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара.									
3. Удары по мячу ногой, головой.									
4. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.									

Рабочий план-график на _____ ноябрь _____ месяц учебного года

Наименование материала									
I. Теория. Правила игры в футбол									
II. Общая и специальная физическая подготовка.									
1. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ.									
2. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости.									
3. Упражнения для развития скорости.									
4. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.)									

III. Техника игры в футбол. Избранный вид спорта								
1. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.								
2. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара.								
3. Удары по мячу ногой, головой.								
4. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.								

Рабочий план-график на _____ декабрь _____ месяц учебного года

Наименование материала								
I. Теория. Правила игры в футбол								
II. Общая и специальная физическая подготовка.								
1. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ.								
2. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости.								
3. Упражнения для развития скорости.								
4. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.)								
III. Техника игры в футбол. Избранный вид спорта								
1. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.								
2. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара.								
3. Удары по мячу ногой, головой.								
4. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.								

II. Общая и специальная физическая подготовка.									
1. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ.									
2. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости.									
3. Упражнения для развития скорости.									
4. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.)									
III. Техника игры в футбол. Избранный вид спорта									
1. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.									
2. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара.									
3. Удары по мячу ногой, головой.									
4. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.									

Рабочий план-график на _____ март _____ месяц учебного года

Наименование материала									
I. Теория. Правила игры в футбол									
II. Общая и специальная физическая подготовка.									
1. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ.									
2. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости.									
3. Упражнения для развития скорости.									
4. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.)									

III. Техника игры в футбол. Избранный вид спорта								
1. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.								
2. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара.								
3. Удары по мячу ногой, головой.								
4. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.								

Рабочий план-график на апрель месяц учебного года

Наименование материала								
I. Теория. Правила игры в футбол								
II. Общая и специальная физическая подготовка.								
1. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ.								
2. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости.								
3. Упражнения для развития скорости.								
4. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.)								
III. Техника игры в футбол. Избранный вид спорта								
1. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.								
2. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара.								
3. Удары по мячу ногой, головой.								
4. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.								

Приложение 2
к образовательной общеразвивающей
программе дополнительного образования
«Твои шаги к здоровью»

Лист корректировки рабочей программы

Дата внесения изменений, дополнений	Содержание	Согласование с курирующим предмет заместителем директора по ВР (подпись, расшифровка подписи, дата)	Подпись лица, внесшего запись

