Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №449 Пушкинского района Санкт-Петербурга

Принято
на Педагогическом совете
Протокол № 1 от «28» августа 2026 г.

Учтено мнение совета родителей
Протокол № 1 от «28» августа 2026 г

Утверждаю
Директор ГБОУ школы №449
Пушкинского района Санкт-Петербурга
Приказ № 270 от «28» августа 2026г.

_____О.В. Аксенова

КОПИЯ ДОКУМЕНТА ЗАВЕРЕНА ЦИФРОВОЙ ПОДПИСЬЮ
актуальные отпечатки сертификатов ЭЦП
размещены в подразделе «Документы» раздела
«Сведения об образовательной организации»
Официального интернет-сайта
ГБОУ школы № 449 Пушкинского района
г. Санкт-Петербурга

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол»

Разработчик программы:
Воробьёв Антон Васильевич

Возраст учащихся: 7-8 лет (1-2 класс)
Срок реализации: 1 год

Санкт-Петербург
2026г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с:

2. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 14.12.2007 № 329-ФЗ;
4. Указ Президента РФ от 07.052012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;
5. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;
6. Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания в РФ (2015–2025)»;
7. приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка, что нашло отражение в Национальной доктрине образования в Российской Федерации, Федеральной программе развития образования. В Концепции модернизации российского образования подчеркнута важнейшая роль учреждений дополнительного образования детей как одного из определяющих факторов развития склонностей, способностей и интересов, социального и профессионального самоопределения детей и молодежи.

Физкулътурно -оздоровительная и спортивно-массовая работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации и осуществляется не только за счет увеличения количества спортивных школ, но и за счет развития других форм внеклассной и внешкольной работы с детьми, создания физкультурно-оздоровительных и спортивных секций и клубов в учреждениях общего и профессионального образования.

Модифицированная образовательная программа по футболу составлена на основе типовой программы учебно-тренировочной программе спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ / Российский футбольный союз. М.: Советский спорт, 2011, согласно Положению о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих и рабочих программах, реализуемых в муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования детей «Детский оздоровительно-образовательный (профильный) центр» Рыбно-Слободского муниципального района Республики Татарстан.

Программа имеет спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;
- способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;

- выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Актуальность данной программы дополнительного образования в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивирование уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством клубной деятельности по интересам.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

Цель программы: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.

2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.

3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.

4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

5. Формирование потребности ведения здорового образа жизни.

6. Проведение профориентации.

Отличительные особенности программы: программа мало отличается от других, но все, же основное отличие в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме того, в нее включен достаточно значительный блок теоретических знаний (в т.ч. судейская практика)

из области футбола. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся к данному виду спорта.

Основными **формами** учебного процесса в группах являются:

- теоретические и групповые практические занятия,

- соревнования, учебные, тренировочные и товарищеские игры,

- педагогическое тестирование.

Основные **методы** работы с детьми: словесный, наглядный, метод строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

Срок реализации дополнительной образовательной программы – 1 год.

Данная программа предназначена для детей **возраста** 7– 8 лет.

Режим занятий:

- в группах общей физической подготовки — не более 2 часов;

-в группах специальной физической подготовки — не более 3 часов;

Формы подведения итогов реализации программы - промежуточная и итоговая аттестация

Занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно

- массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)

В данную программу заложены следующие принципы:

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей ребенка;

- принцип доступности, последовательности.

Отличительной особенностью содержания данной программы от программ специализированных спортивных школ является количество часов и адаптация к клубным условиям работы на массовость, не на спортивное мастерство.

Педагог должен отвечать следующим требованиям:

- знание теории и практики футбола, возрастных основ теории спортивной тренировки, биомеханики, физиологии, психологии, педагогики и особенно - спортивных игр;

- умение убеждать, увлекать детей;

- учет индивидуальных и возрастных особенностей ребенка;

- уважительное отношение к детям, забота о здоровье детей;

- применение на занятиях различных форм обучения, направленных на развитие обучающихся.

Данная программа создает условия для *приобретения общих (универсальных) способов действия (способностей и умений), позволяющих человеку понимать ситуацию, достигать*

результатов в разных видах деятельности, что составляет основу (сущность) компетентностного подхода в дополнительном образовании. Программа направлена на становление следующих ключевых (сквозных) компетентностей:

- познавательная компетентность (способность к обучению в течение всей жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте; использование наблюдений, измерений, моделирования; комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения);

- коммуникативная компетентность (владение различными средствами устного общения; выбор адекватных ситуациям форм вербального и невербального общения, способов формирования и формулирования мысли; владение способами презентации себя и своей деятельности);

- организаторская компетентность (планирование и управление собственной деятельностью; владение навыками контроля и оценки деятельности; способность принимать ответственность за собственные действия; владение способами совместной деятельности).

Программа обеспечивает становление ряда специальных компетентностей (способность быстрого реагирования и быстрого принятия решений в условиях дефицита времени, формирование базовой техники игровых приемов).

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются:

- участие в соревнованиях по возрастной программе;

- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;

- овладение теоретическими знаниями и навыками;

- выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются соревнования и показательные выступления.

2. Учебный план.

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации
		всего	теория	практика	
1	Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий.	3	3	-	опрос
2	Теоретическая подготовка.	8	8	-	опрос, беседа
3	Физическая подготовка.	62	2	60	практическая работа
4	Техническая подготовка.	46	4	42	зачет

5	Тактическая подготовка.	16	4	12	тестирование
7	Соревнования.	9	-	9	зачет
	Итого	144	21	123	

3. Содержание программы.

Содержание учебного плана второго года обучения.

1. **Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий.** Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий.

2. **Теоретическая подготовка.** Состояние и развитие футбола в России. Профилактика травматизма. Общая характеристика спортивной подготовки. Основы техники игры и техническая подготовка. Основы тактики игры и тактическая подготовка. Физические качества и физическая подготовка.

3. **Физическая подготовка. ОФП:** Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. **СФП:** Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. Удар мяча после отбора с попаданием в цель. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

4. **Техническая подготовка.** Обводка соперника. Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема. Удары по мячу головой, жонглирование мячом.

5. **Тактическая подготовка.** Выход для получения и отвлечения мяча. Атака ворота. Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Подстраховка. Переключение. Противодействие атаке в ворота. Система личной защиты.

6. **Промежуточная и итоговая аттестация.** Усвоение изученного материала. Результаты выступления на соревнованиях и индивидуальные игровые показатели. Выполнение контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке.

7. **Соревнования.** Участие в соревнованиях на основании «Календаря спортивно-массовых мероприятий». Контрольные игры на учебно-тренировочных занятиях. Товарищеские встречи. «Кожаный мяч».

8. **Летняя оздоровительная работа.** Участие в семинарах, мастер-классах, учебно-тренировочных сборах и соревнованиях.

4. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	теория практика	1	Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры.	спортзал	Текущий
2	теория практика	1	Быстрое нападение. Игровое поле.	спортзал	Соревнования.
3	теория практика	1	Правила игры.Защита	спортзал	Соревнования
4	практика	1	Быстрое нападение. Игровое поле.	спортзал	Соревнования.
5	практика	1	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
6	практика	1	Игровое поле. Маневрирование.	спортзал	Соревнования.
7	практика	1	Закрепление быстрого нападения.	спортзал	Соревнования
8	теория практика	1	Резаные удары. Подстраховка.	спортзал	Соревнования.
9	практика	1	Резаные удары. Подстраховка.	спортзал	Текущий
10	практика	1	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	спортзал	Текущий
11	практика	1	Закрепление резаных ударов.	спортзал	Соревнования
12	практика	1	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
13	Теория практика	1	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	спортзал	Текущий
14	практика	1	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	спортзал	Соревнования.
15	практика	1	Удар по опускающемуся мячу через голову.	спортзал	Соревнования

16	практика	1	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
17	Теория практика	1	Удар носком. Удар серединой подъёма.	спортзал	Соревнования.
18	практика	1	Удар носком. Удар серединой подъёма.	спортзал	Соревнования.
19	практика	1	Закрепление удара носком.	спортзал	Соревнования
20	практика	1	Закрепление удара серединой подъёма	спортзал	Текущий
21	практика	1	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
22	Теория практика	1	Ведение мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
23	практика	1	Ведение мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
24	практика	1	Ведение мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
25	практика	1	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Текущий
26	Теория практика	1	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
27	практика	1	Удар-откидка мяча подошвой.	спортзал	Соревнования
28	Теория практика	1	Ведение мяча серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
29	практика	1	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
30	практика	1	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	спортзал	Текущий
31	практика	1	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	спортзал	Соревнования

32	практика	1	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
33	Теория практика	1	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	спортзал	Соревнования
34	практика	1	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	спортзал	Соревнования
35	практика	1	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
36	практика		Закрепление удара пяткой.	спортзал	Текущий
37	практика	1	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
38	Теория практика	1	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
39	Практика	1	Ведение внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
40	практика	1	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
41	практика	1	Закрепление удара-броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Текущий
42	практика	1	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
43	практика	1	Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
44	Теория практика	1	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
45	практика	1	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
46	практика	1	Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	спортзал	Соревнования

47	практика	1	Закрепление ведения мяча носком.	спортзал	Соревнования
48	практика	1	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	спортзал	Соревнования
49	Теория практика	1	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
50	практика	1	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Текущий
51	практика	1	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
52	практика	1	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
53	практика	1	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
54	практика	1	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
55	практика	1	Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
56	Теория практика	1	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	спортзал	Текущий
57	практика	1	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования

58	практика	1	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
59	практика	1	Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
60	Теория практика	1	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Текущий
61	практика	1	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
62	практика	1	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
63	практика	1	Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
64	практика	1	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
65	Теория практика	1	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
66	практика	1	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
67	практика	1	Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
68	практика	1	Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Текущий
69	практика	1	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
70	Теория практика	1	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.	спортзал	Соревнования

71	практика	1	Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
72	практика	1	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.	спортзал	Текущий
73	практика	1	Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне.	спортзал	Соревнования
74	практика	1	Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне.	спортзал	Текущий
75	практика	1	Совершенствование финта «уходом».	спортзал	Соревнования
76	практика	1	Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
77	Теория практика	1	Финт «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	спортзал	Текущий
78	практика	1	Финт «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	спортзал	Текущий
79	практика	1	Совершенствование финт «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	спортзал	Соревнования
80	практика	1	Закрепление финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	спортзал	Соревнования
81	Теория практика	1	Закрепление финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	спортзал	Соревнования
82	практика	1	Совершенствование финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Совершенствование подстраховки.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки

83	практика	1	Совершенствование подстраховки.	спортзал	Соревнования
84	Теория практика	1	Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
85	практика	1	Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
86	практика	1	Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар». Закрепление комбинации «смена мест».	спортзал	Текущий
87	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
88	практика	1	Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
89	практика	1	Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
90	Теория практика	1	Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча».	спортзал	Соревнования
91	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
92	практика	1	Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча».	спортзал	Соревнования
93	практика	1	Закрепление финта «остановка мяча подошвой». Закрепление комбинации «пропускания мяча».	спортзал	Соревнования
94	практика	1	Совершенствование финта «остановка мяча подошвой».	спортзал	Текущий
95	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
96	практика	1	Совершенствование финта «остановка мяча подошвой».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки

97	Теория практика	1	Финт «убирание мяча подошвой».	спортзал	Соревнования
98	практика	1	Финт «убирание мяча подошвой».	спортзал	Соревнования
99	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
100	практика	1	Закрепление финта «убирание мяча подошвой».	спортзал	Текущий
101	Теория практика	1	Совершенствование финта «убирание мяча подошвой».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
102	практика	1	Финт «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Соревнования
103	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
104	практика	1	Финт «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Соревнования
105	Теория практика	1	Закрепление финта «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Соревнования
106	практика	1	Совершенствование финта «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Текущий
107	практика	1	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревнования
108	практика	1	Совершенствование финта «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
109	Теория практика	1	Отбор мяча накладыванием стопы.	спортзал	Соревнования
110	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
111	практика	1	Отбор мяча накладыванием стопы.	спортзал	Соревнования
112	практика	1	Закрепление отбора мяча накладыванием стопы.	спортзал	Соревнования
113	практика	1	Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы.	спортзал	Текущий

114	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
115	практика	1	Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
116	Теори практика	1	Отбор мяча выбиванием.	спортзал	Соревнования
117	практика	1	Отбор мяча выбиванием.	спортзал	Соревнования
118	практика	1	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
119	практика	1	Закрепление отбора мяча выбиванием.	спортзал	Текущий
120	практика	1	Закрепление отбора мяча выбиванием.	спортзал	Текущий
121	практика	1	Совершенствование отбора мяча выбиванием.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
122	практика	1	Совершенствование отбора мяча выбиванием.	спортзал	Соревнования
123	Теория практика	1	Отбор мяча перехватом.	спортзал	Соревнования
124	практика	1	Отбор мяча перехватом.	спортзал	Соревнования
125	практика	1	Закрепление отбора мяча перехватом.	спортзал	Текущий
126	практика	1	Совершенствование отбора мяча выбиванием.	спортзал	Соревнования
127	практика	1	Совершенствование отбора мяча перехватом.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
128	Теория практика	1	Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревнования
129	практика	1	Закрепление индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревнования
130	практика	1	Совершенствование отбора мяча выбиванием.	спортзал	Соревнования

131	практика	1	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Текущий
132	практика	1	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
133	Теория практика	1	«Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	спортзал	Соревнования
134	практика	1	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревнования
135	практика	1	«Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	спортзал	Текущий
136	практика	1	Закрепление «отвлечение соперников». Закрепление разбора игроков. Закрепление действий обороняющегося против соперника без мяча.	спортзал	Соревнования
137	практика	1	Закрепление действий обороняющегося против соперника без мяча.	спортплощадка	Соревнования
138	практика	1	Совершенствование «отвлечения соперников». Совершенствование действий обороняющегося против соперника без мяча.	спортплощадка	Текущий
139	практика	1	Совершенствование «отвлечения соперников». Совершенствование действий обороняющегося против соперника без мяча.	спортплощадка	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
140	Теория практика	1	Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в одно касания»	спортплощадка	Соревнования
141	практика	1	Промежуточная итоговая аттестация	спортплощадка	Итоговое контрольное тестирование

142	практика	1	Комбинационная игра футбол	спортплощадка	Соревнования
143	практика	1	Игра футбол	спортплощадка	Соревнования
144	практика		Игра футбол	спортплощадка	Соревнования

5. Диагностический инструментарий

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

Упражнения оцениваются по бальной системе: 5,4,3 балла, все результаты ниже 3х баллов оцениваются 2 балла. Спортсмену сдающему комплекс контрольных нормативов ОФП в зачет идут результаты четырех тестов, итоговая сумма очков определяется четырьмя уровнями подготовленности:

Отлично: от 18-20 баллов

Хорошо: от 15-17 баллов

Удовлетворительно: от 12-14 баллов

Неудовлетворительно: от 11 и ниже

ЮНОШИ

№ п/п	Упражнения	оценка	ВОЗРАСТ									
			7-8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Бег 30 метров, сек	5 4 3	6,5 7,0 7,5	6,2 6,7 7,2	5,9 6,4 6,8	5,6 6,1 6,6	5,3 5,8 6,3	5,0 5,5 6,0	4,7 5,2 5,8	4,4 4,9 5,4	4,2 4,7 5,2	4,0 4,5 5,0
2	Прыжок в длину, см	5 4 3	160 150 140	170 160 150	180 170 160	190 180 170	200 190 180	210 200 190	220 210 200	230 220 210	240 230	250 240 230
											220	
3	Челночный бег 3 х 10 м, сек	5 4 3	8,1 8,4 8,8	7,9 8,3 8,7	7,7 8,1 8,5	7,5 7,9 8,3	7,3 7,7 8,1	7,1 7,5 7,9	7,0 7,4 7,8	6,8 7,2 7,6	6,6 7,0 7,4	6,5 6,9 7,3
4	Подтягивание, кол-во раз	5 4 3	6 4 2	8 6 4	10 8 6	12 10 8	14 12 10	16 14 12	18 16 14	20 18 16	22 20 18	24 22 20

6. Методическое обеспечение программы

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

Практические методы:

- Метод упражнений

- Метод разучивания по частям
- Метод разучивания в целом
- Соревновательный метод
- Игровой метод
- Непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Основные средства обучения:

- Упражнения для изучения техники, тактики футбола и совершенствование в ней
- Общефизические упражнения
- Специальные физические упражнения
- Игровая практика.

Ожидаемый результат

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры футбол.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- Тестирование
- Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
- Соревнования.

Успешная подготовка футболиста высокой квалификации возможна только при условии тесной преемственности каждого этапа обучения спортсмена.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе.

7.Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы:

Для реализации программы необходимы иметь один спорт зал, спортплощадку и футбольное поле; Необходимо оснащение физкультурных залов необходимыми оборудованиями чтобы реализовывать проведению секцию по футболу. Спортивные залы школы постоянно должны пополнятся новыми оборудованиями. Комплект спортивного инвентаря для занятий футболом: Футбольные мячи, ворота, сетки, свисток, секундомер, наглядное пособие, маты гимнастические, козёл гимнастический, канат для перетягивания, скамейки гимнастические, стойка для прыжков в высоту и т.д. Для проведения секции футбол иметь педагога-дополнительного образования

ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ - Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- Групповые учебно-тренировочные занятия.

- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

- Восстановительные мероприятия. - Участие в матчевых встречах.

- Участие в соревнованиях.

- Зачеты, тестирования.

- Конкурсы, викторины

ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.Сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов общей, специальной физической, технической подготовленности обучающихся (для групп начальной подготовки).

2.Викторины по типу: «Веселые старты», «День здоровья».

3.Контрольные и товарищеские игры.

4.Первенства школы, города. Прием контрольных нормативов (промежуточная и итоговая аттестация обучающихся) проводится два раза в год: вначале учебного года (ноябрь) и в конце учебного года (апрель).

Рекомендуемый режим занятий: 1 год обучения: 4 раза в неделю по 3 часа

.ОРГАНИЗАЦИОННО -ВОСПТИТАТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Личностное развитие детей - одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека. Специфика воспитательной работы в школе состоит в том, что педагог дополнительного

образования может проводить ее во время учебно- тренировочных занятий и дополнительно на спортивных мероприятиях школы.

Воспитательные средства: - личный пример и педагогическое мастерство педагога;

- высокая организация учебно-тренировочного процесса;

- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;

- дружный коллектив; - система морального стимулирования;

- наставничество старших. Основные организационно-воспитательные мероприятия:

- беседы с обучающимися (об истории Региона, истории спорта, РТ о здоровом образе жизни и т.д.);

- анкетирование обучающихся и родителей;

- встречи с выдающимися спортсменами;

- посещение спортивных праздников и соревнований школьного, районного и региональных уровней;

- регулярное подведение итогов спортивной деятельности обучающихся.

Ожидаемые результаты освоения программы

Обучающийся будет:

Будут знать:

работу сердечнососудистой системы,

понятие о телосложении человека;

Основные правила игры в футбол.

Какие бывают нарушения правил.

Жесты судей;

гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями; способы подсчета пульса.

Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Будут уметь: выполнять передачу партнеру. Передачу мяча сбоку; выполнять приемы обыгрывания защитника:

Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема. Удары по мячу головой, жонглирование мячом.

Перехват. Накрывание; применять в игре командное нападение. Взаимодействовать, а также применять индивидуальные, групповые и командные действия в защите в игре.

Использовать: приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.

Учащиеся будут уметь демонстрировать удары поворотам с расстояния 11 м.;

 удары со средних и дальних дистанций;

 удары по воротам после ведения;

 передачи мяча в парах

; передачи мяча в движении;

 обводка стоек;

 штрафной удар.

 На спортивно-оздоровительном этапе подготовки юных футболистов основные задачи и преимущественная направленность учебно- тренировочного процесса следующие:

1. привлечение максимально возможного количества детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и выбранным видом спорта – футболом;

2. утверждение здорового образа жизни;

3. всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;

4. овладение основами футбола;

5. отбор способных к занятиям футболу детей.

На конец учебного года основными показателями выполнения требований программы на СФП являются:

· стабильность состава обучающихся, посещаемость ими учебно- тренировочных занятий;

· стабильное развитие общей физической подготовки обучающихся;

· уровень освоения основ техники футбола;

· уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Тренер должен регулярно следить за успеваемостью своих воспитанников в общеобразовательной школе, поддерживать контакт с родителями, учителями-предметниками и классными руководителями. По окончании годичного цикла подготовки обучающиеся должны выполнить требования физической подготовленности согласно программных требований

8.Список литературы, используемый педагогом

1. В.И.Губа,А.В.Лексаков «Теория и методика футбола» Уч.: Sport М:2016

2. А.В. Шишкина, О.П.Алимпиева, Л.В.Брехов «Физическая культура» 1-2 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М: АКАДЕМКНИКА/УЧЕБНИК, 2013г.

3. А.В. Шишкина, О.П.Алимпиева, Л.В.Брехов «Физическая культура» 3-4 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М: АКАДЕМКНИКА/УЧЕБНИК, 2013г.

4. М.Я. Виленский «Физическая культура» 5-6-7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М: «Просвещение», 2013г.

5. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическая культура» 8-9 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М: «Просвещение», 2012г.

6. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическая культура» 10-11 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М: «Просвещение», 2012г

http://rgfootball.net/viewforum.php?f=43

http://knigukupi.ru/top-pro_futbol.php