

Управление образования администрации
муниципального образования Кореновский район

Муниципальное автономное некоммерческое учреждение
дополнительного образования спортивная школа
муниципального образования Кореновский район

Принята на заседании
педагогического совета
МАНУ ДО СШ
МО Кореновский район
Протокол № 4 от «01» июля 2024г.



Утверждаю
Исполняющий обязанности директора
МАНУ ДО СШ МО Кореновский район
В.В. Чернявская
Приказ № 65-у от «01» июля 2024г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ по виду спорта «ФУТБОЛ»

Уровень программы: базовый
Срок реализации: 1 года: 144ч.
Возраст категории: от 6 до 18 лет
Состав группы: до 25 человек
Форма обучения: очная
Тип программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе: 55298

Автор составитель:
тренер – преподаватель по футболу
Асеев Михаил Михайлович

г. Кореновск, 2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Нормативно – правовая база
Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	
2.	Пояснительная записка ппрограммы:
2.1.	Направленность
2.2.	Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность
2.3.	Отличительные особенности
2.4.	Адресат программы
2.5.	Уровень, объем и сроки реализации
2.6.	Форма обучения
2.7.	Режим занятий
2.8.	Особенности организации образовательного процесса
3.	Цель и задачи программы
4.	Учебный план
5.	Содержание учебного плана
6.	Планируемые результаты
Раздел 2. «Комплекс организационно – педагогических условий, включающий формы аттестации»	
7.	Календарный учебный график
9.	Условия реализации программы
10.	Формы аттестации
11.	Оценочные материалы
12.	Методические материалы
Раздел 3. «Воспитание»	
12	Список литературы

Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки от 18.12.2015 № 09-3242.
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края. 2024 год.
7. Методических разработок тренеров-преподавателей, обобщения передового опыта работы тренеров с юными легкоатлетами и других научных исследований.
8. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р).
9. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» от 07.12.2018г..
10. Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации. Федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Институт изучения детства, семьи и воспитания».
11. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года.
12. Устав МАНУ ДО СШ МО Кореновский район.
13. Иные нормативных правовых актов.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемый результат

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «Футбол» (далее программа) имеет физкультурно - спортивную направленность.

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, наглядности), в формах и методах обучения, в методах контроля и управления образовательным процессом, и в имеющихся в наличии средствах обучения.

В программе предусмотрены занятия с детьми разного уровня подготовленности и физического развития, определено оптимальное соотношение разносторонней спортивной подготовки юных спортсменов, обеспечивающей оздоровительный эффект.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Новизна

В процессе занятий по этой программе у учащихся этого возраста не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность. Основной формой деятельности мозга в этих условиях является не отработка стандартных навыков, а творческая деятельность - мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий.

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. Это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития, и укрепления здоровья для широких слоев населения. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность.

Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу и творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует

воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Игровая и тренировочная деятельность оказывают комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивают основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. Круглогодичные занятия футболом в различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни ловкости, силы и выносливости, развивает мышечную массу и мыслительные способности занимающихся.

Педагогическая целесообразность настоящей программы характеризуется общими принципами, характерными для программ стартового уровня сложности, с учетом физкультурно-спортивной направленности:

- формирование и развитие способностей детей через занятия физической культурой и футболом в объединении;
- удовлетворение индивидуальных потребностей детей в нравственном и физическом совершенствовании;
- приобретение навыков здорового и безопасного образа жизни;
- укрепление здоровья обучающихся;
- организация свободного времени у детей;
- мотивация личности ребенка к занятиям физической культурой и футболом.

Отличительные особенности данной дополнительной общеразвивающей программы, является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата.

Отличительная особенность обучения игре в футбол – это её эмоциональная направленность, позволяющая поддерживать у детей интерес к физической культуре, мотивировать ребенка к здоровому образу жизни.

В программе отражены основные задачи на этапах годового цикла тренировки, построение учебно - тренировочного процесса на этапах: начальной подготовки, специальной подготовке; этапе спортивного совершенствования, распределение объемов основных средств и интенсивности тренировочных нагрузок в недельных циклах; участие в

соревнованиях по их значимости.

Адресат программы

Этап спортивного оздоровления формируется на внеконкурсной основе из всех желающих в возрасте 6-18 лет, желающие заниматься футболом, при отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья.

Продолжительность занятий определяется в соответствии с требованиями СанПинов 2.4.3648–20 и регламентирована годовым учебным планом.

Занятия проводятся в соответствии с утвержденным расписанием.

По окончании учебного года по результатам сдачи контрольно-переводных нормативов по общефизической подготовке обучающиеся переходят на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «футбол», либо остаются на повторное обучение.

Запись на программу осуществляется через систему заявок на сайте АИС «Навигатор дополнительного образования Краснодарского края» и очно в форме заявления от родителя.

<https://p23.навигатор.дети/>.

Уровень программы, объем и сроки реализации.

Уровень программы - базовый. Программа рассчитана на 1 год, на 36 учебных недель, 72 учебных занятия, 144 часа в год.

Включает общую физическую, специальную физическую, теоретическую подготовку и контрольно-переводные испытания по разделам программы.

При выявлении в процессе систематических занятий перспективных (одаренных) детей и подростков по окончании обучения и выполнения контрольных требований по общей физической подготовки обучающиеся может быть переведен в группы по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки программам по видам спорта реализуемых в учреждении.

Формы обучения – очная.

При реализации программы применяется очная *форма* обучения.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, с недельной нагрузкой 4 академических часа.

При дистанционном обучении занятия для детей 6-10 лет проводятся 2 раза в неделю по 20 минут, занятия для среднего возраста 11-18 лет по 30 минут.

Формой организации обучения является групповая.

Режим занятий:

Учебный год в Учреждении начинается 1 сентября текущего года.

Учебные занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (академический час - 45 мин.).

Максимальная наполняемость групп до 25 человек.

Учебный процесс предполагает групповые формы учебных занятий.

Особенности организации образовательного процесса:

Занятия проходят в форме тренировок, лекций, соревнований, сдачей контрольных нормативов и контрольного тестирования, а также просмотра видеоматериала и печатных изданий.

Учебный материал программы учитывает специфику вида спорта, возрастные особенности, уровень физической подготовленности занимающихся и распределён согласно ступеням обучения.

При электронном обучении занятия проходят в форме онлайн - тренировок, проведение консультаций с использованием форумов и вебинаров.

В условиях временного ограничения (приостановки) занятий очной формы, применяется электронное обучение учащихся с использованием дистанционных технологий.

Цель и задачи программы - сформировать умения и навыки для игры в футбол.

В ходе достижения цели Программы решаются следующие **задачи**:

Образовательные (предметные):

- создать условия для систематических занятий футболом;
- ознакомить с историей развития футбола в России, с историей физической культуры и спорта;
- обучить правилам игры в футбол, организации и проведения соревнований;
- обучить технике игры в футбол;
- обучить тактике футбольной игры.

Личностные:

- создать условия для систематических занятий футболом;
- развивать физические способности: координацию, быстроту реагирования, быстроту передвижений, выносливость;
- развивать внимание, умение анализировать ошибки;
- развивать способность быстро принимать решения;
- развивать соревновательный опыт.

Метапредметные:

- формировать культуру здорового образа жизни;
- воспитывать чувство коллективизма, понимание необходимости подчинять свои индивидуальные интересы и действия на поле интересам и

действиям группы игроков и команды в целом;

- воспитать навыки самодисциплины, воспитывать понимание того, что успех в футболе невозможен без систематических тренировок;
- способствовать воспитанию волевых качеств;
- воспитывать культуру поведения болельщика во время просмотра игр по футболу различного ранга и уровня.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Таблица 1

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	7	7	-	Собеседование
2	Общefизическая подготовка	62	7	55	Практическое занятие
3	Специальная физическая подготовка	30	5	25	Практическое занятие
4	Техническая подготовка	18	3	15	Практическое занятие
5	Тактическая подготовка	15	4	11	Практическое занятие
6	Участие в соревнованиях	8	-	8	Соревнование
7	Сдача нормативов	4	-	4	Выполнение нормативов
	Итого:	144	26	118	

Содержание учебного плана.

1. Теоретическая подготовка.

Теория: История развития футбола. Гигиена, закаливание. Правила организации учебно-тренировочного процесса. Самоконтроль. Врачебный контроль. Обзор развития вида спорта (развитие футбола в районе; место футбола и его значение в системе физического воспитания; школьные традиции).

Формы контроля: собеседование.

2. Общая физическая подготовка.

Теория: Общеразвивающие упражнения (развитие быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости). Строевые упражнения. Понятие о строе и командах (шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанции, направляющий, замыкающий). Понятие о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в

две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте (переход с шага на бег и с бега на шаг). Изменение скорости движения. Повороты в движении.

Практика: Гимнастические упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса (сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки). Упражнения для мышц шеи (наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях).

Упражнения для туловища (наклоны, повороты, вращения туловища). 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 ногах и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями).

Упражнения в парах (повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления).

Гимнастические упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами (поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча). Упражнения на месте (стоя, сидя, лежа, в движении). Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения на снарядах (перекладина, брус, кольца, подтягивание; лазание по канату).

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком (сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания). Упражнения с гимнастической палкой. Упражнения с малыми мячами (броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, ловля мячей на месте, в прыжке, в движении).

Акробатические упражнения (кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега, длинный кувырок вперед, назад, перекаты и перевороты).

Подвижные игры и эстафеты (игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию: «Гонка мячей», «Салки» (Пятнашки), «Невод», «Метко в цель». «Подвижная цель», «Мяч среднему». «Охотники и утки». «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната», «Катающаяся мишень», «Вышибалы» и т.д.).

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.

Легкоатлетические упражнения (бег на 30,60,100,400,500 м.; кроссы от 1000 м до 1500 м (в зависимости от возраста), 6-минутный и 12- минутный бег, прыжки в длину с места и с разбега, тройной прыжок с места и с разбега, многоскоки, метание малого мяча на дальность и в цель).

Формы контроля: практические занятия.

3. Специальная физическая подготовка.

Теория: Специальные упражнения (развитие быстроты, стартовой скорости, стартовые рывки, дистанционной скорости, скоростно – силовых качеств, специальной выносливости, ловкости).

Практика: Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м. из различных исходных положений (стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, сидя, лежа, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте). Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры типа «День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров», «Рывок за мячом» и т.д.

Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Упражнения для развития дистанционной скорости (ускорения под уклон 3-5 градусов, бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; неподвижными или медленно передвигающимися партнерами, бег прыжками, эстафетный бег, обводка препятствий, переменный бег на дистанции 100-150 м и 15-20 м с максимальной скоростью (10-15 м медленно с ведением с мяча)). Подвижные игры «Салки по кругу», «Бегуны», «Сумей догнать».

Упражнения для развития скорости переключения от одного действия к другому (бег быстрым изменением способа передвижения, бег с изменением направления (до 180 градусов), бег с изменением скорости, челночный бег (2x10, 4x5, 4x10, 2x15), бег с «тенью» (повторение движений партера, который выполняет бег с максимальной скоростью и с изменением направления)).

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств (приседания с последующим быстрым выпрямлением, подскоки и прыжки, прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением, с преодолением препятствий, прыжки по ступенькам с максимальной скоростью, прыжки в глубину, беговые и прыжковые упражнения, выполняемые в гору, по песку, опилкам). Эстафеты с элементами бега, прыжков, переносом тяжестей, прыжки со скакалкой, прыжки через барьер толчком одной и двумя ногами,

впрыгивание на гимнастические маты (с постепенным увеличением высоты). Подвижные игры «Волк во рву», «Челнок», «Скакуны». «Прыжковая эстафета» и т.д.

Упражнения для развития специальной выносливости (переменный бег, кроссы с переменной скоростью).

Упражнения для развития ловкости (прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами, кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо, парные и групповыми упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями). Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры «Живая цель», «Салки мячом», «Ловля парами» и др.

Формы контроля: практические занятия.

4. Техническая подготовка.

Теория: Целесообразное 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 в зависимости от игровой ситуации.

Практика: Техника передвижения (бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом, бег по прямой, дугам, с изменением направления и скорости, прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами и толчком одной ногой на месте и в движении, повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге; в стороны, назад: на месте и в движении).

Удары по мячу ногой (внутренней и внешней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема на месте и в движении прокатыванием с различными направлениями мячам). Удары внутренней стороной стопы и средней частью подъема по прыгающему и летящему мячу. Удары внешней частью подъема.

Выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние.

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

Остановка мяча:

Остановка мяча ногой: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча:

Ведение ногой внутренней частью подъема, внешней частью подъема, средней частью подъема. Ведение левой, правой ногой по прямой, с изменением направления движения, между стоек и движущихся партнеров; изменением скорости движения, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Отбор мяча:

Отбор мяча при единоборстве с соперником, при атаке соперника спереди или сбоку, применяя выбивание мяча «ударом ногой», «остановкой ногой» в выпаде.

Введение мяча из-за боковой линии:

Введение с места из аута.

Индивидуальные действия без мяча.

Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом.

Групповые действия.

Взаимодействия двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: в начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах.

Формы контроля: практические занятия.

5. Тактическая подготовка.

Теория: Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме (1+3, 3+1). Разбор проведенных учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Практика: Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнеру).

Тактика нападения (групповые действия и командные действия, комбинации в парах: «стенка», «скрещивание»).

Тактика защиты (индивидуальные действия и противодействие маневрированию, совершенствование в «перехвате» мяча, групповые

действия, организация и построение «стенки», комбинация с участием вратаря).

Формы контроля: практические занятия.

6. Участие в соревнованиях.

Судейство в соревнованиях.

План спортивных мероприятий формируется в учреждении на основе Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий спортивных мероприятий на текущий год и календаря спортивных мероприятий всероссийской федерации футбола ежегодно. План спортивных мероприятий учреждения формируется ежегодно.

Формы контроля: соревнование.

7. Сдача нормативов.

Формы контроля: выполнение нормативов.

Планируемые результаты.

Образовательные (предметные):

- уметь владеть навыками технической подготовки футболиста (ведение, передачи мяча, удары по мячу);
- уметь владеть элементарными навыками тактики ведения мяча;
- освоить основные физические качества (быстрота, координация движений, ловкость);
- освоить основные правила игры в футбол;
- освоить навыки участия в спортивных соревнованиях различных уровней (ОУ, район)

Личностные:

- достигнут устойчивый интерес к занятиям спортом и активное отношение к тренировочным занятиям;
- достигнута система представлений о режиме жизнедеятельности спортсменов;
- достигнут навык здорового образа жизни.

Метапредметные:

- развито представление о понятиях «дружба», «товарищество»;
- развито умение прогнозировать, планировать, определять последовательность действий в связи с поставленной задачей, или сложившейся ситуации;
- развиты способности к волевому усилию (саморегуляции).

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

Календарный учебный график программы

Таблица 2

Разделы подготовки	Количество часов по месяцам									Итого кол-во часов (акад.)
	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	
Теоретическая подготовка	1	2	-	1	-	1	1	1	-	7ч.
Общая физическая подготовка	8	8	7	6	7	7	6	6	7	62ч.
Специальная физическая подготовка	3	4	4	4	2	4	3	4	2	30ч.
Технико-тактическая подготовка	4	3	4	5	3	4	4	4	2	33ч.
Выполнение контрольных нормативов	-	-	-	-	-	-	-	-	4	4ч.
Участие в спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях и праздниках	2	1	1	-	-	-	2	1	1	8ч.
Кол-во часов в месяц (акад.)	18	18	16	16	12	16	16	16	16	144ч.

Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы необходимо:

Материально-техническое обеспечение:

Занятия по программе проводятся в спортивных залах, стадион.

- Скакалки, гимнастические маты, эстафетные палочки, набивные мячи, мячи футбольные, мячи малые и большие, фишки, конусы, форма спортивная (майки, трусы, гетры и обувь).

В спортивной школе имеется тренажерный зал, оснащенный многофункциональными тренажерами для выполнения силовых упражнений на различные группы мышц.

Информационное обеспечение - компьютер с выходом в Интернет, программное обеспечение.

Кадровое обеспечение:

Программу реализует тренер – преподаватель, имеющий спортивную подготовку по данному виду спорта и соответствующее образование.

Формы аттестации.

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе тренера-преподавателя. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе учебно-тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала.

Выявление уровня освоения обучающимися, упражнений по общефизической, специальной физической и технической подготовки является мониторинг. Инструментарием мониторинга являются контрольные упражнения, разработанные с учетом возрастной категории обучающихся по общей и специальной физической подготовке, в том числе тактико-тактической.

Мониторинг: текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль проводится в ходе ежедневных занятий. Формы и виды текущего контроля: в устной форме (опрос, беседа); наблюдение за уровнем и способами выполнения самостоятельных работ; личностные достижения обучающихся на текущих занятиях, контрольных стартах, товарищеских играх и других формах обучения; участие в соревнованиях внутришкольных.

Цель текущего контроля: повышение стимула к расширению познавательных интересов обучающихся, осуществление ежедневного контроля за уровнем освоения Программы

В конце года обучения, в мае месяце, проводится итоговая аттестация обучающихся. Результаты итоговой аттестации (выполнение контрольных нормативов) оформляются протоколом.

Контрольные нормативы для оценки результатов освоения программы представлены в Таблица 3.

Итоговая аттестация

Важнейшей функцией управления наряду с планированием является контроль, определяющий эффективность учебно-тренировочной работы с обучающимися.

Основными критериями оценки занимающихся являются - регулярность посещения занятий, выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовленности, освоение объёмов учебно-тренировочных нагрузок, освоение теоретического раздела программы, отсутствие медицинских противопоказаний для занятий.

Освоение программы завершается обязательной итоговой аттестацией. При проведении **итоговой аттестации** обучающихся учитывают результаты освоения программы по каждой предметной области.

В учреждении устанавливаются следующие формы итоговой аттестации по каждой предметной области программы:

- теория и методика физической культуры и спорта - зачёт;
- общая физическая подготовка - сдача контрольных нормативов;
- избранный вид спорта - выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов, и званий по избранному виду спорта;
- технико-тактическая и психологическая подготовка – соревнования.

Для проведения **итоговой аттестации** в учреждении создаётся комиссия, состав которой утверждается приказом директора. В состав комиссии могут входить - директор, заместители директора, инструктор - методист, тренер-преподаватель.

Оценочные материалы.

Оценка уровня знаний по практической подготовке включает в себя тестирование по физической подготовке, технической подготовке, сдачу нормативов по общей физической подготовке.

Тестовые задания по физической подготовке и критерии фиксирования результатов заключаются в системе подсчета результатов выполненных заданий (упражнений), в зависимости от упражнений, результат может выражаться в единицах (количество размер, сантиметры, метры) либо во времени.

При дистанционном обучении уровень усвоения программного материала обучающимися можно проверить с помощью тестирования, фотоотчетов и видеоотчетов.

Контрольные нормативы для оценки результатов освоения программы

Таблица 3

Контрольные упражнения	Единица измерения	Норматив	
		мальчик	девочка
Прыжок в длину с места толкаями двумя ногами	см	не менее 110	не менее 105
Челночный бег 3 x 10м	с	не более 10,3	не более 10,6
Прыжки через скакалку за 30 с	количество раз	не менее 35	не менее 30
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее +1	не менее +3
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее 7	не менее 4

Контрольные нормативы носят главным образом контролирующий характер.

По результатам контрольных упражнений оценивается индивидуальная динамика изменений уровня физической подготовленности каждого обучающегося.

Указания к выполнению контрольных нормативов для обучающихся

1. Прыжки в длину с места.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Обучающийся принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат.

2. Челночный бег 3 x 10 м.

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью.

Упражнение выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и финиша. Ширина линии старта и финиша входит в отрезок 10 метров.

По команде «Марш» обучающий должен пробежать 10 метров, коснуться площадки за линией поворота любой частью тела, повернуться кругом, пробежать, таким образом, еще два отрезка по 10 метров.

Дается две попытки, учитывается лучший результат.

3. Прыжки через скакалку за 30 с.

Прыжки выполняют на обеих ногах с одним вращением на каждый прыжок в течение 30 секунд. За это время необходимо прыгнуть как можно большее количество раз. С между скоком прыгать нельзя. Учитываются только те прыжки, в которых обучающийся перепрыгнул через скакалку. Если сбился, то продолжает прыгать дальше. Начинают прыжки по команде «Марш!», а заканчивают по команде «Стоп!».

4. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)

Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье выполняется из исходного положения: стоя на гимнастической скамье, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине 10-15 см.

При выполнении испытания по команде обучающий выполняет два предварительных наклона, скользя пальцами рук по линейке измерения. При третьем наклоне обучающий максимально сгибается и фиксирует результат в течение 2 секунд.

Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамьи определяется знаком « - » , ниже – знаком «+ ».

5. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 секунду, продолжить выполнение испытания.

Методические материалы.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям футболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяют разнообразные формы и методы проведения 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 обучающихся 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 круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Структура занятия:

Программа:

1) содержит следующие предметные области:

- теория и методика физической культуры и спорта;
- физическая подготовка;
- избранный вид спорта;
- специальная физическая подготовка.

2) учитывает особенности подготовки обучающихся по избранным видам спорта, в том числе:

- вариативность тренировочного процесса в соответствии со спецификой избранного вида спорта при возрастании тренировочных нагрузок в

относительно короткие временные циклы и в сочетании с моделированием различных игровых соревновательных режимов;

- постепенное увеличение соотношения между общей и специальной физической подготовкой в сторону специальной на этапах (периодах) обучения;
- большой объем соревновательной деятельности.

Раздел 3 «Воспитание»

Целью воспитания в группе является развитие личности, самоопределение и социализация обучающихся, формирование чувства патриотизма, гражданственности, бережного отношения к наследию народа Российской Федерации.

Задачами воспитания в программе являются:

- усвоение детьми знаний, норм общечеловеческих ценностей;
- формирование и развитие личностного отношения к нравственным нормам через вовлечение детей в физкультурно-спортивную деятельность, организацию их физической активности;
- укрепление здоровья, развитие физических качеств и повышение функциональных возможностей человека;
- приобретение обучающимися опыта общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной легкоатлетической группы, применение полученных навыков.

Целевые ориентиры воспитания:

- освоение детьми понятия своей российской гражданской принадлежности, сознания единства с народом России;
- установка на здоровый образ жизни, на физическое совершенствование;
- формирование безопасного поведения, стремления к соблюдению норм спортивной этики, уважения к старшим, наставникам в спорте, дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности;
- воспитание сознания ценности физической культуры, этики спорта;
- развитие интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений, стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

Формы и методы воспитания

Воспитательная среда, в которой развиваются межличностные отношения на основе российских традиционных ценностей, формируется на учебно-тренировочных занятиях и в соревновательном процессе. Основной формой воспитания детей при реализации программы является организация

их взаимодействия в период физической подготовки к участию в спортивных событиях, проводимых в учреждении, на уровне района, края.

На учебных тренировках, подготовках к спортивным соревнованиям и прочим практическим мероприятиям воспитательный маршрут ориентирован на усвоение обучающимися информации, получения опыта деятельности, применение правил поведения и коммуникации, формирование позитивного и конструктивного отношения к происходящим событиям, к членам своей команды, нацеленность на успех, победу.

В воспитательной деятельности с детьми используются такие методы воздействия как: убеждение (разъяснение, внушение), метод положительного примера, одобрения и осуждения, поощрения, развития самоконтроля и самооценки.

Условия воспитания, анализ результатов.

Воспитательный процесс осуществляется на базе учреждения дополнительного образования спортивной школы, расположенной в центре г. Кореновска, на площадках других организаций физической культуры и спорта при выездных соревнованиях. Помещения и территория соответствуют необходимым нормами и требованиям, предъявляемым к организации учебно-тренировочного процесса. Для тренировочных мероприятий используются беговые дорожки центрального стадиона.

Для установления эмоционально-положительной среды в группе формируется обстановка доброжелательного отношения обучающихся друг к другу, оказывается психологическая поддержка.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, их отношением к тренерам, к выполнению своих заданий по программе. Анализ воспитания не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного учащегося, а направлен на получение общего представления о результатах воспитания при реализации программы: что удалось достичь, что не удалось добиться, причины и возможные ориентиры на будущее.

Календарный план воспитательной работы

Таблица 4

п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Формы проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Первенство по футболу	сентябрь - май	соревнования	Фото отчет с участием детей. Заметка на сайте школы.
2.	Первенство МО по футболу	сентябрь - май	соревнования	Фото отчет с участием детей. Заметка на сайте школы.
3.	Подведение итогов спортивной деятельности учащихся	май	соревнования	

Список литературы.

1. Белая А.Н. Еще раз о массаже. Москва, «Знание», 1997.
2. Буйлова Л.Н., Кочнева С.В. Организация методической службы учреждений дополнительного образования детей, Москва, «Владос», 2001.
3. Казаков П.Н. Футбол, Москва, «ФиС», 1999.
4. Гавердовский Ю.К. Техника гимнастических упражнений. – М., Терра-спорт, 2002
5. Г.С. Зонин «Особенности учебно-тренировочной работы с юными футболистами в процессе многолетней подготовки» Изд – во: Федерация футбола Татарстан 2003 г.
6. Шон Грин «Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 5-8 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009г.
7. Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.
8. Фонд национальная академия футбола. Массимо Люкези «Обучение системе игры 4-3-3» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

9. Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008г.
10. Фонд национальная академия футбола. Робин Джоунс, Том Трэнтер «Футбол. Тактика защиты и нападения» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008г.
11. Мартин Бидзинский «Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста». Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г
12. Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.
13. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: наука побеждать. – ООО «Издательство АСТ», 2003. -863с.
14. Менхин Ю.В. Физическое воспитание: теория, методика, практика. – 2-е изд., перераб. и доп. – М: СпортАкадемПресс, Физкультура и спорт, 2006.

Интернет ресурсы.

1. Министерство спорта РФ // <http://www.minsport.gov.ru/sport/>
-Всероссийский реестр видов спорта. // <http://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/priznanie-vidov-sport/>,
-Единая всероссийская спортивная классификация
// <http://www.minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinaya-vserossiyska/5507/>.
2. Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края <http://www.minobrkuban.ru/>.
3. Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края <http://www.kubansport.ru/>.
4. Министерство образования, науки и молодежной политики Российской Федерации <http://минобрнауки.рф/>
5. Федерация баскетбола Краснодарского края <https://fbkk.ru/>
6. Краснодарская Краевая федерация футбола <http://www.kkff-kuban.ru/>