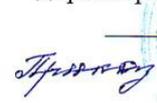


«УТВЕРЖДАЮ»
директор МБОУ «Украинская СОШ»

 Т.В. Прилипко
18.02/2021



Рабочая программа секции

«Футбол»

5-11 класс

на 2021 – 2022 учебный год

Автор составитель:

Пузиков О.В

учитель физической культуры

2021- 2022

учебный год

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 культивировании 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 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 10–18 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.

Учебный план второго года обучения (СФП)

№ 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.	29	18	-	опрос, беседа	
3	Физическая подготовка.	103	6	85	практическая работа	
4	Техническая подготовка.	159	6	150	зачет	
5	Тактическая подготовка.	114	6	134	тестирование	
6	Промежуточная и итоговая аттестация.	6	-	6	зачет	
7	Соревнования.	9	-	9	зачет	
8	Летняя оздоровительная работа.	9	-	9	Практическая работа	
	Итого	432	39	297		

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. Календарный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	3	16.00-18.30	теория	3	Правила поведения. Техника	спортзал	Текущий

				практик а		безопасности. Правила игры.		
2	сентяб рь	5	16.00- 18.30	теория практик а	3	Быстрое нападение. Игровое поле.	спортзал	Соревнован ия.
3	сентяб рь	6	16.00- 18.30	теория практик а	3	Правила игры.Защита	спортзал	Соревнован ия
4	сентяб рь	7	16.00- 18.30	практик а	3	Быстрое нападение. Игровое поле.	спортзал	Соревнован ия.
5	сентяб рь	10	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
6	сентяб рь	12	16.00- 18.30	практик а	3	Игровое поле. Маневрирование	спортзал	Соревнован ия.
7	сентяб рь	13	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление быстрого нападения.	спортзал	Соревнован ия
8	сентяб рь	14	16.00- 18.30	теория практик а	3	Резаные удары. Подстраховка.	спортзал	Соревнован ия.
9	сентяб рь	17	16.00- 18.30	практик а	3	Резаные удары. Подстраховка.	спортзал	Текущий
10	сентяб рь	19	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	спортзал	Текущий
11	сентяб рь	20	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление резаных ударов.	спортзал	Соревнован ия
12	сентяб рь	21	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствова ние резаных ударов. Совершенствова ние подстраховки.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
13	сентяб рь	24	16.00- 18.30	Теория практик а	3	Удар по опускающемуся мячу через	спортзал	Текущий

						голову. Переключение.		
14	сентябрь	26	16.00-18.30	практика	3	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	спортзал	Соревнования.
15	сентябрь	27	16.00-18.30	практика	3	Удар по опускающемуся мячу через голову.	спортзал	Соревнования
16	сентябрь	28	16.00-18.30	практика	3	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
17	октябрь	1	16.00-18.30	Теория практика	3	Удар носком. Удар серединой подъёма.	спортзал	Соревнования.
18	октябрь	3	16.00-18.30	практика	3	Удар носком. Удар серединой подъёма.	спортзал	Соревнования.
19	октябрь	4	16.00-18.30	практика	3	Закрепление удара носком.	спортзал	Соревнования
20	октябрь	5	16.00-18.30	практика	3	Закрепление удара серединой подъёма	спортзал	Текущий
21	октябрь	8	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
22	октябрь	10	16.00-18.30	Теория практика	3	Ведение мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
23	октябрь	11	16.00-18.30	практика	3	Ведение мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
24	октябрь	12	16.00-18.30	практика	3	Ведение мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования

25	октябрь	15	16.00-18.30	практика	3	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Текущий
26	октябрь	17	16.00-18.30	Теория практика	3	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
27	октябрь	18	16.00-18.30	практика	3	Удар-откидка мяча подошвой.	спортзал	Соревнования
28	октябрь	19	16.00-18.30	Теория практика	3	Ведение мяча серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
29	октябрь	22	16.00-18.30	практика	3	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
30	октябрь	24	16.00-18.30	практика	3	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	спортзал	Текущий
31	октябрь	25	16.00-18.30	практика	3	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
32	октябрь	26	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
33	октябрь	29	16.00-18.30	Теория практика	3	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	спортзал	Соревнования

34	октябрь	31	16.00-18.30	практика	3	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	спортзал	Соревнования
35	ноябрь	1	16.00-18.30	практика	3	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
36	ноябрь	2	16.00-18.30	практика		Закрепление удара пяткой.	спортзал	Текущий
37	ноябрь	5	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
38	ноябрь	7	16.00-18.30	Теория практика	3	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
39	ноябрь	8	16.00-18.30	Практика	3	Ведение внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
40	ноябрь	9	16.00-18.30	практика	3	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
41	ноябрь	12	16.00-18.30	практика	3	Закрепление удара-броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Текущий
42	ноябрь	14	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
43	ноябрь	15	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования

44	ноябрь	16	16.00-18.30	Теория практика	3	Совершенствование удар-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
45	ноябрь	19	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование удар-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
46	ноябрь	21	16.00-18.30	практика	3	Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	спортзал	Соревнования
47	ноябрь	22	16.00-18.30	практика	3	Закрепление ведения мяча носком.	спортзал	Соревнования
48	ноябрь	23	16.00-18.30	практика	3	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	спортзал	Соревнования
49	ноябрь	26	16.00-18.30	Теория практика	3	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
50	ноябрь	28	16.00-18.30	практика	3	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Текущий

51	ноябрь	29	16.00-18.30	практика	3	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
52	ноябрь	30	16.00-18.30	практика	3	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
53	декабрь	3	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
54	декабрь	5	16.00-18.30	практика	3	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
55	декабрь	6	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	спортзал	Соревнования
56	декабрь	7	16.00-18.30	Теория практика	3	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	спортзал	Текущий
57	декабрь	10	16.00-18.30	практика	3	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление	спортзал	Соревнования

						удара с лёту внутренней стороной стопы.		
58	декабрь	12	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
59	декабрь	13	16.00-18.30	практика	3	Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
60	декабрь	14	16.00-18.30	Теория практика	3	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Текущий
61	декабрь	17	16.00-18.30	практика	3	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
62	декабрь	19	16.00-18.30	практика	3	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
63	декабрь	20	16.00-18.30	практика	3	Удар с лёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
64	декабрь	21	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки

65	декабрь	24	16.00-18.30	Теория практика	3	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
66	декабрь	26	16.00-18.30	практика	3	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
67	декабрь	27	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	спортзал	Соревнования
68	декабрь	28	16.00-18.30	практика	3	Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Текущий
69	декабрь	31	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
70	январь	2	16.00-18.30	Теория практика	3	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.	спортзал	Соревнования
71	январь	3	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	спортзал	Соревнования
72	январь	4	16.00-18.30	практика	3	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.	спортзал	Текущий
73	январь	7	16.00-18.30	практика	3	Закрепление финта «уходом». Закрепление	спортзал	Соревнования

						групповых действий в обороне.		
74	январь	9	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне.	спортзал	Текущий
75	январь	10	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «уходом».	спортзал	Соревнования
76	январь	11	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
77	январь	14	16.00-18.30	Теория практика	3	Финт «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	спортзал	Текущий
78	январь	16	16.00-18.30	практика	3	Финт «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	спортзал	Текущий
79	январь	17	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	спортзал	Соревнования
80	январь	18	16.00-18.30	практика	3	Закрепление финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма».	спортзал	Соревнования

						Закрепление подстраховки.		
81	январь	21	16.00-18.30	Теория практика	3	Закрепление финта «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	спортзал	Соревнования
82	январь	23	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма». Совершенствование подстраховки.	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
83	январь	24	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование подстраховки.	спортзал	Соревнования
84	январь	25	16.00-18.30	Теория практика	3	Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
85	январь	28	16.00-18.30	практика	3	Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
86	январь	30	16.00-18.30	практика	3	Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар». Закрепление комбинации «смена мест».	спортзал	Текущий
87	январь	31	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования

88	февраль	1	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
89	февраль	4	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
90	февраль	6	16.00-18.30	Теория практика	3	Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча».	спортзал	Соревнования
91	февраль	7	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
92	февраль	8	16.00-18.30	практика	3	Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча».	спортзал	Соревнования
93	февраль	11	16.00-18.30	практика	3	Закрепление финта «остановка мяча подошвой». Закрепление комбинации «пропускания мяча».	спортзал	Соревнования
94	февраль	13	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «остановка мяча подошвой».	спортзал	Текущий

95	февраль	14	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
96	февраль	15	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «остановка мяча подошвой».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
97	февраль	18	16.00-18.30	Теория практика	3	Финт «убирание мяча подошвой».	спортзал	Соревнования
98	февраль	20	16.00-18.30	практика	3	Финт «убирание мяча подошвой».	спортзал	Соревнования
99	февраль	21	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
100	февраль	22	16.00-18.30	практика	3	Закрепление финта «убирание мяча подошвой».	спортзал	Текущий
101	февраль	25	16.00-18.30	Теория практика	3	Совершенствование финта «убирание мяча подошвой».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
102	февраль	27	16.00-18.30	практика	3	Финт «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Соревнования
103	февраль	28	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнования
104	март	1	16.00-18.30	практика	3	Финт «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Соревнования
105	март	4	16.00-18.30	Теория практика	3	Закрепление финта «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Соревнования
106	март	6	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование финта «проброс мяча	спортзал	Текущий

						мимо соперника».		
10 7	март	7	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствова ние индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревнован ия
10 8	март	11	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствова ние финта «проброс мяча мимо соперника».	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
10 9	март	13	16.00- 18.30	Теория практик а	3	Отбор мяча накладыванием стопы.	спортзал	Соревнован ия
11 0	март	14	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствова ние комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнован ия
11 1	март	15	16.00- 18.30	практик а	3	Отбор мяча накладыванием стопы.	спортзал	Соревнован ия
11 2	март	18	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление отбора мяча накладыванием стопы.	спортзал	Соревнован ия
11 3	март	20	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствова ние отбора мяча накладыванием стопы.	спортзал	Текущий
11 4	март	21	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствова ние комбинации «смена мест».	спортзал	Соревнован ия
11 5	март	22	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствова ние отбора мяча накладыванием стопы.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
11 6	март	25	16.00- 18.30	Теори практик а	3	Отбор мяча выбиванием.	спортзал	Соревнован ия
11 7	март	27	16.00- 18.30	практик а	3	Отбор мяча выбиванием.	спортзал	Соревнован ия

11 8	март	28	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е комбинации «смена мест».	спортзал	Соревновани я
11 9	март	29	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление отбора мяча выбиванием.	спортзал	Текущий
12 0	апрель	1	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление отбора мяча выбиванием.	спортзал	Текущий
12 1	апрель	3	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е отбора мяча выбиванием.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
12 2	апрель	4	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е отбора мяча выбиванием.	спортзал	Соревновани я
12 3	апрель	5	16.00- 18.30	Теория практик а	3	Отбор мяча перехватом.	спортзал	Соревновани я
12 4	апрель	8	16.00- 18.30	практик а	3	Отбор мяча перехватом.	спортзал	Соревновани я
12 5	апрель	10	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление отбора мяча перехватом.	спортзал	Текущий
12 6	апрель	11	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е отбора мяча выбиванием.	спортзал	Соревновани я
12 7	апрель	12	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е отбора мяча перехватом.	спортзал	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
12 8	апрель	15	16.00- 18.30	Теория практик а	3	Индивидуальны е действия без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревновани я
12 9	апрель	17	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревновани я

130	апрель	18	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование отбора мяча выбиванием.	спортзал	Соревнования
131	апрель	19	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Текущий
132	апрель	22	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
133	апрель	24	16.00-18.30	Теория практика	3	«Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	спортзал	Соревнования
134	апрель	25	16.00-18.30	практика	3	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	спортзал	Соревнования
135	апрель	26	16.00-18.30	практика	3	«Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	спортзал	Текущий
136	апрель	29	16.00-18.30	практика	3	Закрепление «отвлечение соперников». Закрепление разбора игроков. Закрепление действий обороняющегося против соперника без мяча.	спортзал	Соревнования

13 7	май	2	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление действий обороняющего я против соперника без мяча.	спортплоща дка	Соревнован ия
13 8	май	3	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е «отвлечения соперников». Совершенствовани е действий обороняющего я против соперника без мяча.	спортплоща дка	Текущий
13 9	май	6	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е «отвлечения соперников». Совершенствовани е действий обороняющего я против соперника без мяча.	спортплоща дка	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
14 0	май	8	16.00- 18.30	Теория практик а	3	Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в одно касания»	спортплоща дка	Соревнован ия
14 1	май	10	16.00- 18.30	практик а	3	Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в одно касания»	спортплоща дка	Соревнован ия
14 2	май	13	16.00- 18.30	практик а	3	Закрепление создания преимущества в отдельных зонах игрового поля. Закрепление комбинации «игра в одно касание».	спортплоща дка	Соревнован ия

14 3	май	15	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е создания преимущества в отдельных зонах игрового поля, «игра в одно касание».	спортплоща дка	Текущий
14 4	май	16	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е создания преимущества в отдельных зонах игрового поля, «игра в одно касание».	спортплоща дка	Соревнован ия
14 5	май	17	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е создания преимущества в отдельных зонах игрового поля, «игра в одно касание».	спортплоща дка	Контрольно - переводные нормативы по этапам подготовки
14 6	май	20	16.00- 18.30	Теория практик а	3	Совершенствовани е комбинации технике футбола	спортплоща дка	Текущий
14 7	май	22	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е комбинации технике футбола	спортплоща дка	Соревнован ия
14 8	май	23	16.00- 18.30	практик а	3	Совершенствовани е комбинации технике футбола	спортплоща дка	Соревнован ия
14 9	май	24	16.00- 18.30	практик а	3	Промежуточная итоговая аттестация	спортплоща дка	Итоговое контрольно е тестировани е
15 0	май	27	16.00- 18.30	практик а	3	Игра футбол	спортзал	Соревнован ия
15 1	май	29	16.00- 18.30	практик а	3	Комбинационна я игра футбол	спортплоща дка	Соревнован ия
15 2	май	30	16.00- 18.30	практик а	3	Игра футбол	спортплоща дка	Соревнован ия
15 3	май	31	16.00- 18.30	практик а	3	Игра футбол	спортплоща дка	Соревнован ия

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	оц е н ка	ВОЗРАСТ				
			7-8	9	10	11	12
1	Бег 30 метров, сек	5	6,5	6,2	5,9	5,6	5,3
		4	7,0	6,7	6,4	6,1	5,8
		3	7,5	7,2	6,8	6,6	6,3
2	Прыжок в длину, см	5	160	170	180	190	200
		4	150	160	170	180	190
		3	140	150	160	170	180
3	Челночный бег 3 x 10 м, сек	5	8,1	7,9	7,7	7,5	7,3
		4	8,4	8,3	8,1	7,9	7,7
		3	8,8	8,7	8,5	8,3	8,1
4	Подтягивание, кол-во раз	5	6	8	10	12	14
		4	4	6	8	10	12
		3	2	4	6	8	10

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 баскетболиста 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 необходимо иметь один спорт зал, спортплощадку и футбольное поле; Необходимо оснащение физкультурных залов необходимыми оборудованием чтобы реализовывать проведение секцию по футболу. Спортивные залы школы постоянно должны пополняться новыми оборудованием. 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: в начале учебного года (ноябрь) и в конце учебного года (апрель).

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

ОРГАНИЗАЦИОННО-ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ 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 так же 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 поворотом 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 гармоничное 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

1. Список литературы, используемый педагогом

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

