

Содержание

Раздел № 1 [Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» 3](#_Toc107403419)

1.1. [Пояснительная записка. 3](#_Toc107403420)

Направленность……………………………………………………………………………………………………….3

Уровень освоения содержания программы…………………………………………………………………………3

Нормативно правовое обеспечение разработки и реализации программы……………………………………….3

[Актуальность. 5](#_Toc107403421)

[Отличительная особенность программы. 6](#_Toc107403422)

Адресат программы…………………………………………….…………………………………………………….6

[Объем и срок освоения программы.](#_Toc107403423)............................................................................................................................7

Формы обучения……………………………………………………………………………………………………...7

Режим занятий………………………………………………………………………………………………………...7

1.2.[Цель и задачи программы……………………………………………………….….........................……………8](#_Toc107403424)

1.3. [СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 8](#_Toc107403425)

[Учебно-тематический план спортивно-оздоровительного этапа первого года обучения](#_Toc107403426) 8

Содержание учебно - тематического плана спортивно - оздоровительного этапа первого года обучения…….9

[Учебно-тематический план спортивно-оздоровительного этапа второго года обучения](#_Toc107403428) 10

Содержание учебно - тематического плана спортивно - оздоровительного этапа второго года обучения…...11

[Учебно-тематический план спортивно-оздоровительного этапа третьего года обучения 12](#_Toc107403430)

Содержание учебно - тематического плана спортивно - оздоровительного этапа третьего года обучения  [13](#_Toc107403431)

1.4.[Планируемые результаты 14](#_Toc107403432)

Раздел №2 [Комплекс организационно-педагогических условий 16](#_Toc107403433)

2.1.[Календарный учебный график 16](#_Toc107403434)

2.2.[Условия реализации программы 18](#_Toc107403435)

2.3.[Формы аттестации 19](#_Toc107403436)

2.4.[Оценочные материалы 19](#_Toc107403437)

2.5.[Методические материалы 20](#_Toc107403438)

2.6.[План воспитательной работы 27](#_Toc107403439)

[Список литературы 31](#_Toc107403440)

Раздел №1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Игра в футбол»

* 1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» ***имеет стартовый уровень.***

Программа разработана с учетом законодательных нормативно-правовых документов:

-Конвенции о правах ребёнка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20.11.1989);

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на основании приказа «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании» от 2012г. - № 371-ФЗ от 24.09. 2022 г.);

-[Указа](https://legalacts.ru/doc/ukaz-prezidenta-rf-ot-21072020-n-474-o-natsionalnykh/#100009) Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. N 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

- Государственной программы РФ «Развитие образования» на 2018-2025 года (Утвержденная Постановлением Правительства Российской Федерации от 26.12.2017 г № 1642) с учетом изменений на основании постановления Правительства Российской Федерации от 24.12. 2022 г. № 2463;

- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

-Концепции развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года (утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 г. № 3894-р);

- Государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (Утвержденное Постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 N 1642 (ред. От 20.05.2022);

- Национального проекта «Образование»;

-Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2014 г № 996-р);

-Стратегией развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 г, (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 г. № 3081-р);

-Основ государственной молодёжной политики в РФ на период до 2025 года (утвержденных Распоряжением Правительства РФ от 29. 11.2014 г. № 2403-р);

-Указом Президента Российской Федерации «О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников» (от 29.10.2015 г. № 536);

-Профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Утвержденный Приказом Минтруда и соц. Защиты РФ от 22.09.2021 г. № 652н);

- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным  общеобразовательным программам»;

-Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологических требований к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

- Письмом Минобрнауки РФ от 29.07.2021г. № МН-7/5979 «О направлении рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ»;

-Письмом Минобрнауки РФ от 14.12.2015 г № 09-3564 « О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»);

- Приказом Департамента образования и науки Кемеровской области «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей» (от 05.05.2019. г. № 740);

- Законом «Об образовании в Кемеровской области» изменения от 05.10.2022 г. № 108-ОЗ;

-Концепцией внедрения целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Кемеровской области,( утверждена Распоряжением Коллегии Администрации Кемеровской области от 26 октября 2018 г. N 484-р);

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15 мая 2013 г. N 26);

- Приказ Министерства спорта РФ от 16 ноября 2022 г. № 1000 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»;

 -Локальными актами МАУ ДО «ДЮСШ № 5»: Уставом, «Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МАУ ДО «ДЮСШ № 5», Учебным планом, Правилами внутреннего трудового распорядка, инструкцией по технике безопасности.

# Актуальность

Актуальность программы заключается в том, что она отвечает запросам обучающихся и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровье сберегающее воздействие посредством занятий футболом.

Разумное использование резервов игровой двигательной активности – подвижных, оздоровительных игр и игровых упражнений, спортивные игры (в данном случае футбол) является инструментом действенного снижения негативных последствий учебной перегрузки.

Увеличение уровня ежедневной двигательной активности детей и подростков, совершенствование их физических и интеллектуальных способностей, повышение психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов организма, в конечном счете, должно способствовать сохранению и укреплению здоровья.

**Отличительной особенностью программы** является то, что данная программа рассчитана для детей 4-7 лет, она способствует самоопределению обучающегося, создает основу для дальнейшего занятия футболом.

Основой подготовки обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Футбол» является личностно-ориентированный и компетентный подход. Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой в футбол, индивидуально-групповыми, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры. Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих различные виды подготовки обучающихся: физическую (общую и специальную) и техническую.

Разделы содержат материалы, реализация которых формирует у обучающихся общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества, формирует и развивает жизненно-важные двигательные навыки и умения. Специальные упражнения позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Программа реализуется с учетом возрастных особенностей детей, физического развития и функциональных возможностей детского организма

**Адресат программы**

 К занятиям футболом допускаются обучающиеся, отнесенные к основной медицинской группе с 4 до 7 лет. Количество обучающихся в группе от 15 до 25.

#  Объем и срок освоения программы.

Спортивно-оздоровительный этап дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» распределен на основании федерального стандарта, по продолжительности составляет 3 года.

Продолжительность одного учебного года составляет: 36 недель;

Общий объем программы: 228 часов.

1 год - 76 часов; 2 - 76 часов; 3 год - 76 часов.

**Формы обучения -** групповая, обучение с индивидуальным подходом.

Формы теоретической части занятий: беседа, разъяснение, пояснение, объяснение и др. Формы практической части: общеразвивающие упражнения, упражнения на общефизическую, специальную и техническую подготовку.

Два раза в год осенью и весной проводятся контрольные испытания по общей физической  и специальной физической подготовке с  анализом  результатов тестов.

**Режим занятий:** 1 - 3 год – 2 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность одного занятия для детей 4-5 лет - 25 минут;

Продолжительность одного занятия для детей 6-7 лет - 45 минут;

В дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу «Футбол» могут вноситься изменения, дополнения и корректировка как ежегодно, так и после окончания 3-летнего обучения.

# 1.2. Цель и задачи программы

***Целью программы является*** - формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся; создание фундамента     физической    и    функциональной    подготовленности, позволяющего успешно осваивать элементы техники футбола; формирование мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

***Задачи программы***

***Обучающие****:*

-  обучить основам техники игры в футбол;

-сформировать   систему теоретических   сведений о  врачебном   контроле и гигиенических нормах;

- ознакомить с правилами игры в футбол.

***Развивающие:***

- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом;

- развивать волевые качества обучающихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.

- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

***Воспитательные:***

- создать    условия    для    воспитания обучающихся трудолюбия, аккуратности, приобщить к здоровому образу жизни;

- воспитывать морально-нравственные качества;

- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма.

# 1.3. Содержание программы

**Учебно-тематический план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол»**

# Учебно-тематический план спортивно-оздоровительного этапа

# первого года обучения

*Таблица № 1*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование темы | Количество часов (СОЭ-1) | Формы контроля |
| теория | практика | всего |
| 1.  | Вводное занятие | 2 | - | 2 | опрос |
| 2. | Общая физическаяподготовка | - | 24 | 24 | контрольные нормативы |
| 3. | Специальнаяфизическая подготовка | - | 8 | 8 | контрольные нормативы |
| 4. | Техническая подготовка | - | 10 | 10 | педагогическое наблюдение  |
| 5. | Подвижные игры, эстафеты. | - | 30 | 30 | педагогическое наблюдение |
| 6. | Приёмные и переводные испытания | - | 2 | 2 | диагностика, результаты сдачи контрольных нормативов |
| ***Итого*** | ***2*** | ***74*** | ***76*** |  |

**Содержание учебно-тематического плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» спортивно-оздоровительного этапа**

**первого года обучения.**

1. **Вводное занятие**

Рассказ об истории футбола и историю развития российского футбола, правилах игры. Беседа об гигиенических основах режима учёбы, отдыха и занятий спортом; значение всесторонней физической подготовки; как осуществлять самоконтроль за состоянием организма и уметь выполнять его. Рассказ о строении и функциях организма человека. Инструктаж по технике безопасности на занятиях. Информация о расписании, форме для занятий, знакомство с правилами поведения в спортивном зале. Знакомство с целями и задачами программы 1 года обучения. Правила приёма и перевода на следующий год обучения.

**Форма контроля:** опрос.

1. **Общая физическая подготовка**

Строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки)**.**

**Форма контроля:** контрольные нормативы.

1. **Специальная физическая подготовка**

Упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений.

**Форма контроля:** контрольные нормативы.

1. **Техническая подготовка**

**Удары по мячу ногой**. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному.

**Остановка мяча.**Остановка катящегося мяча подошвой,  внутренней частью стопы; ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек;

**Техника передвижений.**Приставной шаг. Перемещение спиной вперёд. Бег.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

1. **Подвижные игры, эстафеты**

*На материале гимнастики с основами акробатики:*  игровые задания с использованием строевых упражнений, «Тройка», «Конники-спортсмены», «Что изменилось?», «Прокати быстрее мяч», «Увертываясь от мяча», «Гонки мяча по кругу», «Догонялки на марше», «Веселые задачи», «Запрещенное движение».

*На материале легкой атлетики:* «Пятнашки», «Третий лишний», «Салки-догонялки», , «Не попади в болото», «Волк во рву», «Кто быстрее?», «Охотники и утки», «Мяч соседу», «Мышеловка», «Салки с ленточками», «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит?», «Мяч среднему», «Круговая охота», «Капитаны».

*Эстафеты:* с мячом, с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, гонка за мячом по кругу, полоса препятствий.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

**6.Приёмные и переводные испытания**

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной и технической подготовке.

# Учебно-тематический план спортивно-оздоровительного этапа второго года обучения

*Таблица № 2*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование темы | Количество часов (СОЭ-2) | Формы контроля |
| теория | практика | всего |
| 1.  | Вводное занятие | 2 | - | 2 | опрос |
| 2. | Общая физическаяподготовка | - | 18 | 18 | контрольные нормативы |
| 3. | Специальнаяфизическая подготовка | - | 19 | 19 | контрольные нормативы |
| 4. | Техническая подготовка | - | 10 | 10 | педагогическое наблюдение  |
| 5. | Подвижные игры, эстафеты. | - | 25 | 25 | педагогическое наблюдение |
| 6. | Приёмные и переводные испытания | - | 2 | 2 | диагностика, результаты сдачи контрольных нормативов |
| ***Итого*** | ***2*** | ***74*** | ***76*** |  |

**Содержание учебно-тематического плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» спортивно-оздоровительного этапа**

**второго года обучения.**

1. **Вводное занятие**

Рассказ о программе, перспективы, расписание, условия занятий. Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности.

**Форма контроля:** опрос.

**2. Общая физическая подготовка**

 Строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки)*.*

 **Форма контроля:** контрольные нормативы.

**3. Специальная физическая подготовка**

Упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений.

 **Форма контроля:** контрольные нормативы.

1. **Техническая подготовка**

**У*дары по мячу ногой*:** Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность; удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места;

***Остановка мяча:***Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; обводка стоек, ведение мяча (дриблинг);

***Техника игры вратаря:*** ловля мяча, отбивание мяча;

***Техника передвижений вратаря:***приставной шаг, перемещение спиной вперёд, бег.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

1. **Подвижные игры, эстафеты**

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, «Тройка», «Конники-спортсмены», «Что изменилось?», «Прокати быстрее мяч», «Увертываясь от мяча», «Гонки мяча по кругу», «Догонялки на марше», «Веселые задачи», «Запрещенное движение».

На материале легкой атлетики: «Пятнашки», «Третий лишний», «Салки-догонялки», , «Не попади в болото», «Волк во рву», «Кто быстрее?», «Охотники и утки», «Мяч соседу», «Мышеловка», «Салки с ленточками», «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит?», «Мяч среднему», «Круговая охота», «Капитаны».

Эстафеты: с мячом, с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, гонка за мячом по кругу, полоса препятствий.

 Форма контроля: педагогическое наблюдение.

**6.Приёмные и переводные испытания**

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной и технической подготовке.

# Учебно-тематический план спортивно-оздоровительного этапа

#  третьего года обучения

*Таблица № 3*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование темы | Количество часов (СОЭ-3) | Формы контроля |
| теория | практика | всего |
| 1.  | Вводное занятие | 2 | - | 2 | опрос |
| 2. | Общая физическаяподготовка | - | 18 | 18 | контрольные нормативы |
| 3. | Специальнаяфизическая подготовка | - | 24 | 24 | контрольные нормативы |
| 4. | Техническая подготовка | - | 15 | 15 | педагогическое наблюдение  |
| 5. | Подвижные игры, эстафеты. | - | 15 | 15 | педагогическое наблюдение |
| 6. | Приёмные и переводные испытания | - | 2 | 2 | диагностика, результаты сдачи контрольных нормативов |
| ***Итого*** | ***2*** | ***74*** | ***76*** |  |

**Содержание учебно-тематического плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» спортивно-оздоровительного этапа**

**третьего года обучения.**

1. **Вводное занятие**

Рассказ о программе, перспективы, расписание, условия занятий. Цели и задачи. Инструктаж по технике безопасности.

**Форма контроля:** опрос.

**2. Общая физическая подготовка**

 Строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений – в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

 **Форма контроля:** контрольные нормативы.

**3.Специальная физическая подготовка**

Упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений.

 **Форма контроля:** контрольные нормативы.

1. **Техническая подготовка**

**У*дары по мячу ногой*:** Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность; удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места;

***Остановка мяча:***Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; обводка стоек ведение мяча (дриблинг);

***Обманные движения*(финты);**

 ***Техника игры вратаря***: ловля мяча, отбивание мяча;

***Техника передвижений вратаря****:* приставной шаг, перемещение спиной вперёд, бег.

1. **Подвижные игры, эстафеты**

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, «Тройка», «Конники-спортсмены», «Что изменилось?», «Прокати быстрее мяч», «Увертываясь от мяча», «Гонки мяча по кругу», «Догонялки на марше», «Веселые задачи», «Запрещенное движение».

На материале легкой атлетики: «Пятнашки», «Третий лишний», «Салки-догонялки», , «Не попади в болото», «Волк во рву», «Кто быстрее?», «Охотники и утки», «Мяч соседу», «Мышеловка», «Салки с ленточками», «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит?», «Мяч среднему», «Круговая охота», «Капитаны».

Эстафеты: с мячом, с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, гонка за мячом по кругу, полоса препятствий.

 **Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

**6.Соревновательная подготовка**

Инструктаж по ТБ; участие в товарищеских встречах.

**Форма контроля:** педагогическое наблюдение.

**7.Приёмные и переводные испытания**

Сдача контрольных нормативов по общей, специальной и технической подготовке.

# 1.4. Планируемые результаты

В результате освоения программного материала по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Футбол» к концу первого года обучения обучающиеся должны:

 ***знать***

- о развитии футбола в России;

- гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом;

- гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу;

- значение всесторонней физической подготовки.

***Уметь****:*

- выполнять удары по мячу ногой; удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному мячу.

- останавливать мяч.

В результате освоения программного материала по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Футбол» к концу второго года обучения обучающиеся должны:

***знать:***

- оразвитии футбола в России; Российских соревнованиях по футболу;

- сведения о строении и функциях организма; влиянии занятий физическими упражнениями на организм обучающихся;

- гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом; гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу;

- значение всесторонней физической подготовки;

- основные правила игры.

***Уметь:***

- выполнять удары по мячу ногой; удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу;

- выполнять удары на точность;

- останавливать мяч;

- обводить противодействующих соперников, ведение мяча  (дриблинг);

- выполнять обманные движения (финты);

- выполнять отбор мяча.

 В результате освоения программного материала по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Футбол» к концу третьего года обучения обучающиеся должны:

***знать:***

- о развитии футбола в России; Российских соревнованиях по футболу; Чемпионате и Кубке России; Российских футболистов;

- сведения о строении и функциях организма;

- влиянии занятий физическими упражнениями на организм обучающихся;

- гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом; гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу;

- значение всесторонней физической подготовки;

- основные правила игры;

- основы индивидуальных действий.

***Уметь:***

- выполнять  удары по мячу ногой; удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу; ударов на точность;

- выполнять удары по мячу головой;

- останавливать летящий мяч подошвой, внутренней частью стопы;

- обводить противодействующих соперников; вести мяч (дриблинг);

- выполнять  обманные движения (финты);

- выполнять   отбор мяча;

- вбрасывать мяч из аута с места;

- разыгрывать мяч с центра.

# Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

# 2.1. Календарный учебный график

**Даты начала и окончания учебных периодов/этапов**:

Стартовый уровень - учебный год начинается с 1 сентября и заканчивается 31 мая;

**Количество учебных недель** - программа предусматривает обучение в течение 36 недель.

**Продолжительность каникул** - в период осенних и весенних каникул занятия проводятся по расписанию.

*Таблица № 4*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Год обучения | Количество учебныхчасов  | Количество учебныхдней | Количество учебных недель | Режим занятий |
| 1 год |  76  |  76 |  36 | 2 раза в неделю по 1акад.часу |
| 2 год |  76  |  76 |  36 | 2 раза в неделю по 1акад.часу |
| 3 год |  76  |  76 |  36 | 2 раза в неделю по 1акад.часу |

# 2.2. Условия реализации программы

***1. Материально-техническое обеспечение***

Для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» необходимо следующее материально-техническое обеспечение: спортивный зал; открытое плоскостное сооружение для футбола.

**Оборудование и спортивный инвентарь**

**для прохождения спортивной подготовки**

*Таблица № 5*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N п/п** | **Наименование оборудования,** **спортивного инвентаря** |  **Единица** **измерения** | **Количество** **изделий** |
| 1. | комплект индивидуальной экипировки футболиста | шт. | 20 |
| 2. | комплект футбольных накидок | шт. | 20 |
| 3. | комплект футбольных мячей | шт. | 20 |
| 4. | футбольные ворота | шт. | 2 |
| 5. | воротные сетки | шт. | 2 |
| 6. | набивные мячи | шт. | 5 |
| 7. | скакалки | шт. | 20 |
| 8. | насос для накачки мячей | шт. | 1 |
| 9. | фишки и «пирамиды» для обводки | шт. | 40 |
| 10. | гимнастические маты | шт. | 10 |

1. ***Информационное обеспечение:*** видео-, фото-, интернет источники соревнований, тактическая доска.
2. ***Кадровое обеспечение:*** для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» работают педагоги с высшим образованием.

# 2.3. Формы аттестации

- тестовые задания по теоретической и технической подготовке;

- результаты контрольных нормативов;

- результаты участия в товарищеских встречах.

Перевод обучающихся в группу следующего года обучения производится на основании выполнения футболистами контрольно-переводных нормативов (тестов) по общей и специальной физической подготовке. Тестирование по общей физической и технической подготовке проводится в начале и конце учебного года. Основной критерий - повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатом в начале года.

# 2.4. Оценочные материалы

 Оценочные процедуры освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» осуществляются в ходе текущего контроля за успеваемостью, промежуточной аттестации, итоговой аттестации и представляют собой совокупность регламентированных процедур, организационную форму процесса оценивания, посредством которого тренерами-преподавателями производится оценка освоения обучающимися образовательной программы.

Оценочные материалы, представлены тестовыми заданиями по оценке уровня физической, технической подготовки и контрольно – переводными нормативами.

**Контрольные нормативы**

*Таблица № 6*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название упражнения** | **Баллы** | **Возраст обучающихся** |
| **4-5 лет** | **6 лет** | **7 лет** |
| Бег 30 м/сек | 54321 | БЕЗУЧЕТАВРЕМЕНИ | 6,16,2-6,76,8-7,37,4-8,08,1 | 6,26,46,66,87,0 |
| Метание малого мяча, м. | 54321 | 1210-118-976 | 13121098 |
| Бег 10 м. между предметами, сек | 54321 | 6,26,46,66,87,0 | 6,06,26,46,66,8 |
| Прыжок в длину с места, см | 54321 | 110100908070 | 1201101009080 |
| Поднятие туловища за 30 сек, кол-во раз | 54321 | 87654 | 109876 |
| Челночный бег 5х6 м., сек. | 54321 | 11,311,4-12,913,0-14,614,7-16,316,4-18,0 | 8,89,09,29,49,6 |

# 2.5. Методические материалы

**Упражнения для отработки технических приемов игры в футбол:**

***1. Удар внутренней стороной стопы***

-  Размахивания бьющей ногой вперед с разворотом стопы на 90° (8-10 раз). Повторить движение, но уже со сгибанием опорной ноги в колене перед началом удара бьющей ногой вперед.

-Встать в 5-6 шагах от стенки. Выполнить 20-25 ударов по  неподвижному  мячу с места. Затем проделать то же самое с одного или нескольких  шагов  разбега;

- Усложнить упражнение, сместив точку нанесения ударов на 3-4 шага в сторону;

- Встать  с товарищем друг  против друга на  расстоянии 19 шагов.  Поочередно  посылать мяч друг другу так, чтобы он мягко подкатывался к ногам партнера.

***2. Удар серединой подъема***

-  Выполнять несколько раз ударное движение ногой без мяча (имитация

  удара).

 - С трех шагов выполнить удар по неподвижному мячу о стенку. Движения выполнять в замедленном темпе, стараясь почувствовать соприкосновение ноги с серединой мяча. Выполнить 10-15 ударов.

 - Сделать на стене квадрат размером 1 х 1 м и нанести по нему 15-20 ударов с расстоянии10- 12 шагов. Удары выполнять по неподвижному мячу с небольшого разбега;

-Встать с ребенком в 12 шагах друг от друга. Накатывать ему мяч для удара. Задача ребенка: ударом по катящемуся мячу точно направлять мяч вам в руки.

- Один ребенок встает в ворота. Другой ребенок наносит по воротам по пять сильных ударов правой и левой ногой. Поменяться местами.

***3. Удар носком и пяткой***

- Имитация ударов пяткой по неподвижному мячу сначала с места, а потом с нескольких шагов разбега, ставя ногу на специальную отметку.

- Дети встают в 4-5 шагах друг от друга. Поворачиваются друг к другу спиной и наносят удар пяткой с места, направляя мяч партнеру. Партнер останавливает мяч и, повернувшись на 180°, таким же способом направляет мяч в вашу сторону. Выполните по 10-15 ударов.

- Ребенок встает около стенки и поворачивается к ней спиной. Ставит мяч впереди себя на расстоянии 1,5 шага. Делает по очереди шаг опорной ногой вперед и наносит пяткой удар по мячу.

***4. Остановка мяча***

С пяти шагов направлять мяч низом в стенку и остановить его после отскока. Сделать 15 остановок той и другой ногой. Дети встают в 5 шагах друг от друга и упражняются в передачах и остановках мяча внутренней стороной стопы. Постепенно увеличивать расстояние до 8 шагов.

Дети встают в 7шагах друг от друга. Продвигаясь вперед, передают мяч друг другу, предварительно останавливая его ногой. Темп движения постепенно увеличивать.

1. ***Ведение мяча***

 Ведение мяча по прямой в медленном темпе, так, чтобы при каждом шаге мяч касался ноги, выполняя удары-толчки то правой, то левой ногой.

• Начертить круг диаметром 8 – 9 шагов.  Ведение мяча  по линии круга  то правой, то левой ногой  сначала в медленном, а затем и в более  быстром темпе.

•  Начертить коридор длиной 20 – 25 шагов  и шириной до 1 метра.  Ведение мяча по коридору, меняя ноги. Постепенно уменьшать ширину коридора до 50 см.

•    Установить на площадке флажок, стойку или ветку. Поставить ребенка с мячом в 20 шагах от флажка. Ведение мяча вперед, одновременно держа в поле зрения и мяч, и ориентир.

•   Расставить на площадке в произвольном порядке камни, кегли, флажки и т.п. Ведение мяча между ними в произвольном направлении.

•   **Игра вратаря.**

**Ловля катящихся, низколетящих и полувысоких мячей:**

•    Из стойки ноги врозь выполнять наклоны туловища вперед, не сгибая колени. Затем выполнять наклоны из стойки ноги вместе.

•    Сделать ворота шириной 4-5 шагов. Ребенок встает в ворота, а его партнер – в 6-7 шагах от него. Партнер посылает мячи в стороны ворот ударами внутренней стороной стопы, а ребенок наклоняется, подхватывает мяч и, выпрямляясь, прижимает его к груди.

•  Упражнение по содержанию напоминает предыдущее, однако мяч направляетсячуть правее или чуть левее от вратаря. Тот, сделав шаг в сторону, приставляет вторую ногу, наклоняется и ловит мяч.

•  Ребенок выполняет стойку вратаря: ноги чуть шире плеч, руки согнуты в локтях и вытянуты вперед. Подбрасывать ему мяч на 30-40 см  вверх, чтобы  ребенок ловил его, подтягивая к груди.

•  Стоя в воротах, ребенок ловит мячи, набрасываемые ему партнером с 4-5 шагов, на уровне живота.

• Делая несколько шагов вперед, ребенок ловит мячи, набрасываемые партнером с 6-7 шагов на уровне живота.

• Набрасывать ребенку мячи с 6 шагов чуть в сторону от него. Тот ловит их, предварительно переместившись приставными или перекрестными шагами в соответствующую сторону.

**Подвижные игры с мячом**

•     **«Подвижная цель»**

Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий – в центре.  Дети передают друг  другу мяч ногой,  стараясь  попасть  в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг.

Мячом можно ударять только в ноги водящего.

•     **«Ведение мяча парами»**

Дети делятся по двое. У одного из них – мяч. Он ведет мяч ногой по прямой, а другой бежит рядом без мяча, меняя темп бега. Ведущий мяч должен не отставать от партнера. Через несколько минут дети меняются ролями.

•     **«Гонка мячей»**

Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого по мячу. После сигнала воспитателя все ведут мяч ногой, стараясь  не сталкиваться  друг с  другом.

В а р и а н т . То же, но по первому сигналу воспитателя игроки ведут мяч в быстром темпе, по следующему сигналу – в медленном.

•     **«Задержи мяч»**

Дети становятся в круг – это нападающие, внутри круга – защитник. Нападающие быстро передают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитник старается задержать его. Если ему это удается сделать, то он меняется местами с   тем   нападающим,   который отбивал мяч последним.

Если в игре участвует много детей, то могут быть 2 – 3 защитника.

•     **«Игра в футбол вдвоем»**

Дети становятся парами. Каждый игрок чертит вокруг себя круг диаметром 2-3 м. Игроки передают мяч друг к другу отбивая его то правой, то левой ногой, стараясь попасть мячом в круг соперника.  Выигрывает ребенок,  забивший  больше количество мячей в круг противника.

•     **«Забей в ворота»**

Несколько играющих детей    (4-6)   становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот – это нападающие. Двое детей – защитники,  они располагаются  между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота.

•       **«У кого больше мячей»**

Дети образуют две разные команды. Каждая из них берет два мяча и располагается на своей половине площадки. Площадка разделена сеткой, подвешенной на уровне 40 – 50 см от земли.  После сигнала  воспитателя дети стараются ударом ноги так направить мяч, чтобы он, прокатившись под сеткой, остановился на противоположной стороне площадки. Выигрывает та команда, у которой после второго сигнала воспитателя находится меньше мячей, или проигрывает  та команда,  у которой  одновременно окажется четыре мяча.

•     **«Футболист»**

Дети становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу воспитателя ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой.

•     **«Забей гол»**

В игре одновременно участвуют две команды. Над средней линией поля (20X10 м) на высоте 70 – 80 см натягивают шнур. По обеим сторонам поля в 2 м от средней линии чертятся  ограничительные  полосы.  Каждая из команд  располагается на своей половине. В игру вводится два мяча. Игроки пытаются ударом ноги так направить мяч, чтобы он вышел за пределы площадки соперников, т. Е. забить гол. Однако гол засчитывается лишь в том случае, если мяч пересечет  лицевую линию поля.

 Запрещается  производить  удары по мячу, находящемуся между  ограничительной и средней линиями поля. Побеждает команда, сумевшая за условленное время забить больше голов.

•         **«Смена сторон»**

В игре одновременно участвуют две команды, в составе 7 – 10 игроков. На площадке в 15 - 20 м друг от друга обозначаются две параллельные черты.

Каждая команда располагается за своей  линией.  Все  дети  имеют по мячу. По сигналу игроки обеих команд начинают вести мячи (ногами) к линии соперников. Как только мяч пересечет линию, игрок берет его в руки и поднимает вверх.  Побеждает  команда,  игроки  которой  сумеют  быстрее  перебраться на сторону соперников.

•         **«Футбольный слалом»**

На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6 – 8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой командой на расстоянии 2,5 м - 3 м один от другого устанавливают 6 флажков. По сигналу первые номера устремляются вперед, обводя «змейкой» флажки, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт - финиш игрок останавливает мяч и передает его следующему участнику и т. Д. Побеждает команда, быстрее закончившая игру.

•         **«С двумя мячами»**

В игре принимают участие пары. Они располагаются на противоположных сторонах коридора шириной 4 м на расстоянии 5 - 6 м друг от друга. Коридор можно обозначить тесьмой или флажками. Оба игрока имеют по мячу. По сигналу они одновременно направляют мяч друг другу, а затем ударом по катящемуся мячу вновь возвращают его обратно. Если мячи столкнулись или один из них вышел за пределы коридора,пара заканчивает соревнование. Побеждает пара, сумевшая дольше других без ошибок выполнить упражнение.

•         **«Сильный удар»**

На площадке обозначается линия удара, а далее коридор шириной 10 м. Играющие поочередно совершают по 3 удара левой и правой ногой, стремясь послать мяч как можно дальше.

 Попытка засчитывается, если мяч приземлится в пределах коридора. Побеж-дает ребенок, пославший мяч дальше других (берется результат одной попытки).

•         **«Попади в мишень»**

Дети поочередно с расстояния 7- 8 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке.

Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший сделать больше точных попаданий. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забили больше голов.

# 2.6. План воспитательной работы

Одной из основных задач МАУ ДО «ДЮСШ № 5» является воспитательная работа, в результате которой создаются необходимые условия для личностного развития.

**Формы организации воспитательной работы**

-  лекции и беседы с обучающимися;

-  информации о спортивных событиях в стране, мире;

-  родительские собрания;

-  взаимодействие с общеобразовательными учреждениями;

-  культурно-массовые мероприятия;

-  традиционные мероприятия: торжественный прием новых спортсменов в школу, посвящение в юных спортсменов и др.

*Таблица №7*

|  |  |
| --- | --- |
| Дата | Наименование |
| СЕНТЯБРЬ |
| 1 сентября | День знанийДень основания МАУ ДО «ДЮСШ №5». |
| 3 сентября | День окончания Второй мировой войны |
| День солидарности в борьбе с терроризмом |
| 4-15 сентября | Декада дополнительного образования |
| 8-9 сентября  | Городской фестиваль «Вместе за Кузбасс» |
| 17 сентября | Всероссийский день бега «Кросс нации»  |
| 27 сентября  | День работника дошкольного образования |
| 27 сентября | День туризма |
| ОКТЯБРЬ |
| 1 октября  | Международный день пожилых людей. Всероссийский день ходьбы |
| 4 октября | Всероссийский День спортсменов силовых видов спорта (в первое воскресенье октября) |
| 5октября | День учителя |
| 7 октября  | Всемирный день каратэ |
| 8 октября  | День рождения Ивана Поддубного (1871 г) |
| 15октября | День отца в России |
| 16октября | День рождения В.В.Петина (1940г.) |
| 22 октября | День рождения Льва Яшина, советский футболист, вратарь. |
| 29 октября | Всероссийский день гимнастики (в последнюю субботу октября). |
| 30 октября  | День тренера. |
| 31 октября | День рождения Александра Алехина, русского шахматиста, четвертого чемпиона мира по шахматам. |
| НОЯБРЬ |
| 4 ноября | День народного единства |
| 8ноября | День памяти погибших при исполнении служебных обязанностей сотрудников органов внутренних дел России |
| 9 ноября | День рождения Василия Таля, восьмого чемпиона мира по шахматам. |
| 11 ноября | Всемирный день мини-лыж |
| 18 ноября | День рождения Деда Мороза |
| 27ноября | День матери в России |
| 30ноября | День Государственного герба Российской Федерации |
| ДЕКАБРЬ |
| 1 декабря | Всероссийский день хоккея. |
| 3 декабря | День неизвестного солдата |
| 5 декабря | День ниндзя. |
| Международный день инвалидов |
| 5декабря | День добровольца (волонтера) в России |
| 9декабря | День Героев Отечества |
| 10 декабря  | День рождения почетного гражданина города Берлина, города Вайсенфельсе, Тяжинского района и поселка Тяжин, Героя Кузбасса Николая Ивановича Масалова. |
| 10 декабря | Всемирный день футбола |
| 12декабря | День Конституции Российской Федерации |
| 19 декабря | День Рождения Олимпийского Мишки. |
| 23 декабря | Всемирный день сноубордиста. |
| 25декабря | День принятия Федеральных конституционных законов о Государственных символах Российской Федерации |
| ЯНВАРЬ |
| 9 января | День утверждения Гимна Кемеровской области - «Рабочая мелодия Кузбасса» |
| 10 января | День санок. День катания на коньках. |
| 15 января | День фигурного катания. Всемирный день снега. |
| 16 января | День ледовара. |
| 25 января | День Российского студенчества |
| 26 января | 81 год со дня образования Кемеровской области |
| 27 января | День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады. День катания на сноуборде. |
| День освобождения Красной армией крупнейшего «лагеря смерти» Аушвиц-Биркенау (Освенцима) - День памяти жертв Холокоста |
| 27 января | День полного освобождения Ленинграда отфашисткой блокады-80 лет |
| 30 января | День рождения Бориса Спасского, десятого чемпиона мира по шахматам. |
| ФЕВРАЛЬ |
| 2 февраля | 81 год со дня победы Вооруженных сил СССР над армией гитлеровской Германии в 1943 году в Сталинградской битве |
| 5 февраля | День рождения В.П.Манеева (1932 г.) |
| 8февраля | День Российской науки-300 лет (1724 г.) |
| 11 февраля | День зимних видов спорта в России.  |
| 12 февраля | Лыжня России |
| 14 февраля | День зимней рыбалки |
| 15февраля | День памяти о россиянах, исполнявших служебный долг за пределами Отечества. 35 лет со дня вывода советских войс из Республики Афганистан (1989г.) |
| 23февраля | День защитника Отечества |
| МАРТ |
| 8 марта | Международный женский день |
| 18 марта | День воссоединения Крыма с Россией-10лет (2014 г.) |
| 19 марта | День гибели Героя РФ С.Е.Цветкова (2009г.) |
| 24 марта | День рождения Василия Смыслова, седьмого чемпиона мира по шахматам. |
| Апрель |
| 7 апреля | Международный день спорта на благо развития и мираВсемирный день настольного тенниса |
| 12 апреля | День космонавтики.  |
| 19 апреля | День памяти о геноциде советского народа нацистами и их пособниками в годы Великой Отечественной войны |
| 22 апреля | Всемирный день Земли |
| МАЙ |
| 1 мая | Праздник Весны и Труда |
| 9 мая | День Победы |
| 19 мая | День детских общественных организаций России. |
| 19 мая | День рождения Кузнецкого района. |
| 23 мая  | Международный день борьбы. |
| 30 мая | День рождения велосипедного спорта |
| ИЮНЬ |
| 1 июня | День защиты детей |
| 3 июня | Всемирный день велосипеда |
| 12 июня | День России |
| 19 июня | Всемирный день мотоциклиста (третий понедельник июня)Всемирный день детского футбола |
| 21 июня | Международный день йоги. Международный день скейтбординга |
| 22 июня | День памяти и скорби |
| 23 июня | Международный Олимпийский день |
| 27 июня | День молодежи |
| ИЮЛЬ |
| 2 июля | Международный день спортивного журналиста |
| 2 июля | День рождения города Новокузнецка |
| 8 июля | День семьи, любви и верности |
| 9 июля | Всемирный день тенниса |
| 20 июля | Международный день шахмат |
| 22 июля | Международный день бокса. День старта первых автогонок |
| 26 июля | День парашютиста в России |
| 30 июля | День Военно-морского флота |
| АВГУСТ |
| 8 августа | Международный день альпинизма |
| 12 августа | День физкультурника |
| 22 августа | День Государственного флага Российской Федерации |

# Список литературы

1. Перепекин В.А. Восстановление работоспособности футболистов. - 2-е изд. - М.: Олимпия Пресс, ТВТ Дивизион, 2006. - 112с.
2. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов (Текст): Уч. - методич. пособие/В.Н. Селуянов, С.К.Сарсания, К.С. Сарсания. - 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 192 с.
3. Голомазов С.В. Футбол. Методика тренировки техники игры головой (Текст): Уч. - методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 112 с.
4. Голомазов С.В. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» (Текст): Уч. - методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 128 с.
5. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом (Текст): Уч. - методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 112 с.
6. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства (Текст): Уч. - методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 80 с.

**Литература для педагога**

1. Голомазов С.В. Футбол. Универсальная техника атаки (Текст): Уч.-методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 80 с.

2. Искусство подготовки высококлассных футболистов (Текст): Науч. - методич. пособие/ Под.ред.проф.Н.М.Люкшинова. - 2-е изд., испр., доп. - М.: Советский спорт, ТВТ Дивизион, 2006. - 432 с.

3. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет/ Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. - М.: Граница, 2008 - 272 с.

**Литература для обучающихся**

1. Чирва Б.Г. Футбол. Базовые элементы тактики зонного прессинга (текст): Уч. методич. пособие/Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 80 с.

2. Чирва Б., Голомазов С. Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для обучения игре в штрафной площади футболистов 11-15 лет: Методические разработки для тренеров. Выпуск 22. - М., РГУФК, 2004. - 35 с.

3. Чирва Б.Г. Футбол. Методика совершенствования «техники эпизодов игры» (текст): Уч. методич. пособие/Б.Г. Чирва. - 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 112 с.

4. Швыков И.А. Подготовка вратарей в футбольной школе. - 2-е изд. - М.: Олимпия Пресс, ТВТ Дивизион, 2006. - 96 с., ил.

***Интернет-ресурсы:***

|  |  |
| --- | --- |
| Министерство спорта РФ | - [minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru/#_blank) |
| Министерство образования и науки РФ | - [минобрнауки.рф](http://минобрнауки.рф) |
| Департамент образования и науки Кемеровской области | - [образование42.рф](http://образование42.рф) |
| Департамент молодежной политики и спорта Кемеровской областиФедерация футбола Кемеровской области | - [dmps-kuzbass.ru](http://www.dmps-kuzbass.ru)-www.football42.ru |