

Отдел образования
Администрации Куйбышевского района Ростовской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
спортивная школа имени гвардии капитана Д.А. Ужвака

СОГЛАСОВАНО

на заседании педагогического
совета

Протокол от «06» июля 2023 г. № 1



Согласовано

Директор МБОУ ДО СШ

им. гвардии капитана Д.А. Ужвака

Е.А. Цапков

Приказ от 06 июля 2023 г. № 116

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ВВЕДЕНИЕ В МИНИ-ФУТБОЛ»**

Уровень программы: стартовый

Вид программы: типовая

Возраст детей: от 7 до 11 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик: тренер-преподаватель

Жукова Наталья Юрьевна

с. Куйбышево
2023 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	5
2.1 Учебный план	5
2.2 Календарный учебный график.....	10
III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	17
3.1 Условия реализации программы	17
3.2 Формы контроля и аттестации.....	20
3.3 Планируемые результаты	21
III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	19

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная программа «Введение в мини-футбол» составлена в соответствии с нормативно- правовыми документами:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»)

- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей)

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Уставом МБОУ ДО СШ им. гвардии капитана Д.А. Ужвака;

- Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам МБОУ ДО СШ им. гвардии капитана Д.А. Ужвака.

Настоящая общеобразовательная общеразвивающая программа «Введение в мини-футбол» (далее Программа) — документ, определяющий содержание образовательного процесса в группах дополнительного образования.

Направленность дополнительная общеобразовательная программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы. Занятия по Программе повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма обучающегося. Кроме этого, от играющих в мини-футбол требуется быстрое принятие самостоятельных решений, умение анализировать ошибки. В процессе футбольной игры также формируются

необходимые умения согласовывать свои действия с другими игроками, работать в команде. В таком комплексном и разностороннем развитии обучающихся и состоит актуальность данной программы.

Отличительной особенностью программы является использование современных учебно-тренировочных технологий: личностно-ориентированных, игровых, дифференцированного обучения, здоровьесберегающих.

Новизна предусматривает освоение прогнозируемых результатов, презентацию результатов на уровне района и поселка, участие в районных и поселковых мероприятиях, наличие призеров в районных конкурсах и соревнованиях

Адресат программы программа предназначена для детей 7-11 лет проявляющих интерес к футболу. Зачисление на обучение осуществляется по личному желанию ребенка и заявлению родителя (законного представителя). Набор детей проводится независимо от уровня их подготовки по данному направлению. Группа комплектуется в количестве не менее 10 и не более 30 человек. Группы формируются из вновь зачисляемых в учреждение детей, желающих заниматься физической культурой и спортом, имеющих основную медицинскую группу здоровья и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой.

Уровень программы: стартовый.

Объём, срок освоения программы:

Объем программы составляет 72 часа.

Срок реализации программы составляет 1 год.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Особенности организации образовательного процесса:

Форма обучения: очная.

Формы реализации образовательной программы – традиционная.

Учебно-тренировочные занятия проходят по традиционной схеме.

1. Подготовительная часть – разминка. Выполняются общеразвивающие упражнения без мяча и с мячом.

2. Основная часть – выполняются упражнения специальной физической подготовки (СФП), проводится обучение различным техническим приемам владения мячом и простейшим тактическим действиям «открывание» и «закрывание» соперника. Проводится прием контрольных упражнений.

3. Заключительная часть – упражнения на расслабления мышц, подведение итогов.

Цель программы:

- формирование интереса обучающихся к футбольной игре и привлечение их к регулярным занятиям физической культурой.

Задачи программы:

Обучающие:

–ознакомить с историей развития футбола;

–обучать правилам игры;

–обучать основам техники мини-футбола.

Развивающие:

–развивать физические способности: координацию, быстроту реагирования, быстроту передвижений;

–развивать внимание, умение анализировать ошибки;

–развивать способность быстро принимать решения.

Воспитывающие:

–формировать культуру здорового образа жизни;

–воспитывать чувство коллективизма, понимание необходимости подчинять свои индивидуальные интересы и действия интересам и действиям группы игроков и команды в целом;

–прививать навыки самодисциплины;

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

2.1 Учебный план

Таблица 1

Учебный план

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы контроля, аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие	1	-	1	Опрос
2.	Гигиена и режим дня спортсмена	1	-	1	Опрос
3.	История развития	1	-	1	Опрос
4.	Правила игры	1	-	1	Опрос
5.	Специальная физическая подготовка (СФП)	-	25	25	Контрольные упражнения
6.	Техника игры в мини-футбол		16	16	Контрольные упражнения
7.	Тактика игры в мини-футбол	4	12	16	
8.	Тренировочные игры и соревнования	9	2	11	Разбор игр, презентация
Итого		17	55	72	

Содержание учебного плана:

1. Вводное занятие.

Теоретическое занятие. Инструктаж по технике безопасности: объяснение правил поведения на футбольном поле, в спортивном зале, раздевалках и душевых для предотвращения травматизма, соблюдения личной гигиены. Ознакомление с программой занятий.

2. Гигиена и режим дня спортсмена.

Теоретическое занятие. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры.

3. История развития футбола.

Теоретическое занятие. История развития футбола в России. Российские соревнования по футболу. Лучшие российские футболисты. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА.

4. Правила игры.

Теоретическое занятие. Знакомство с правилами игры в футбол.

5. Специальная физическая подготовка (СФП).

Практические занятия. Выполняются специальные упражнения.

- 1) Упражнения для развития координации:
 - общеразвивающие упражнения с частой сменой движений и одновременным выполнением различных движений тела;
 - упражнения со скакалкой;
 - подвижная игра «Запрещенное движение».
 - 2) Упражнения для развития быстроты:
 - ускорения по зрительному сигналу на 5-10 метров из различных исходных положений;
 - эстафеты с элементами старта;
 - подвижные игры «Быстро по местам», «К своим флажкам».
 - 3) Упражнения для развития дистанционной скорости:
 - движение под уклон, змейкой, прыжками;
 - эстафетный бег;
 - переменный бег,
 - бег с изменением направления (до 180 градусов), бег с тенью;
 - подвижные игры: «Живая цепь», «Пустое место».
- Для вратарей:
- из стойки вратаря рывки из ворот на перехват или отбивание высоко летящего мяча;
 - мяча;
 - из положения приседа, широкого выпада, седа, лежа рывки на 2 - 3 метра с последующей ловлей или отбиванием мяча;
 - упражнения в ловле малого мяча;

- игра по упрощенным правилам.
- 4) Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:
- прыжки на одной и обеих ногах с продвижением вперед, с преодолением препятствий;
 - прыжки по ступеням вверх с максимальной скоростью;
 - беговые и прыжковые упражнения, выполняемые в гору, по песку, опилкам, снегу;
 - эстафеты с переносом предметов, элементами прыжков, бега;
 - подвижные игры;
 - вбрасывание футбольного или набивного мяча на дальность;
 - удары по мячу ногой, головой в тренировочную стенку, ворота, удары на дальность.
- Для вратарей:
- из упора у стены попеременное сгибание в лучезапястных суставах;
 - то же, но отталкиваясь от стены ладонями и пальцами;
 - в упоре лежа хлопки ладонями, передвижения по кругу вправо и влево;
 - упражнения для кистей рук с гантелями;
 - многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча; 8
 - броски футбольного и набивного мяча на дальность;
 - серии прыжков в стойке вратаря толчком обеих ног в стороны;
 - то же с приставными шагами, с отягощением.
- 5) Упражнения для развития специальной выносливости:
- повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений;
 - то же, но с ведением мяча;
 - переменный бег;
 - многократное повторение специальных технико -тактических упражнений;
 - тренировочные игры с увеличенной продолжительностью;
 - игры с уменьшенным по численности составом.
- Для вратарей:
- непрерывно в течение 5-20 минут выполняется ловля мяча с последующим его отбиванием;
 - ловля мяча в падении при выполнении ударов по воротам с минимальными интервалами тремя-пятью игроками.
- 6) Упражнения для развития ловкости:
- прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая подвешенный мяч головой, ногой, рукой;
 - то же, выполняя поворот на 90 - 180 градусов;
 - прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами;
 - прыжки с места или разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте;

- кувырки вперед, назад, в сторону;
- жонглирование мячом;
- парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой, обманными движениями;
- эстафеты с элементами акробатики;
- подвижные игры: «Ловкие ребята», «Кот идет», «Волк во рву», «Салки мячом».

Для вратарей:

- прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком;
- то же с поворотом до 180 градусов;
- упражнения со скакалкой;
- поворот в сторону с места и с разбега;
- стойка на руках;
- кувырки вперед и назад.

6. Техника игры в мини-футбол.

Практические занятия. Для отработки техники передвижений выполняются упражнения:

- бег по прямой, изменяя скорость и направление;
- бег спиной вперёд;
- бег приставным и скрестным шагом (влево и вправо);
- прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега;
- повороты во время бега налево и направо;
- остановки во время бега выпадам и прыжками (на обе ноги).

Для отработки технических приёмов игры в футбол выполняются упражнения:

- перекатывание мяча подошвой;
- ведение мяча внутренней, внешней частью, серединой подъёма;
- прямой и резаный удар по мячу;
- отработка точности удара;
- остановка мяча подошвой, внутренней стороной стопы;
- обманные движения (ложная и действительная фазы движения);
- отбор мяча.

Для вратарей:

- ловля мяча;
- отбивание мяча кулаком; 10
- бросок мяча рукой;
- выбивание мяча с рук.

Выполнение технических приёмов анализируется и отрабатывается опыт их применения в конкретных игровых условиях.

7. Тактика игры в мини-футбол.

Изучение элементарных тактических действий: «открывание» и «закрывание» соперника.

Теоретические занятия. Разучивается при тактике нападения.

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

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов удара по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.

Практические занятия. Тренировка умения точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: в начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.

Теоретические занятия. Разучивается при тактике защиты.

Индивидуальные действия. Правильная позиция по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча, т.е. «закрывание».

Групповые действия. Элементарная страховка партнера при атаке соперника. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Практические занятия. Тренировка умения «закрывать» нападающего игрока.

Тактика вратаря.

Теоретические занятия. Правильная позиция в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара».

Практические занятия. Тренировка умения разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

8. Тренировочные игры и соревнования.

Практические занятия. Проводятся учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного программного материала. Участие в районных соревнованиях по мини-футболу.

9. Итоговое занятие.

Теоретическое занятие. Подводятся итоги за прошедший учебный год. Презентация.

Учащийся научится:

- использовать спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать

индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами.

Учащийся получит возможность научиться:

- повысить уровень своей физической подготовленности;

- приобрести навыки и умения по изучаемому виду спорта;

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;

- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

- учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию.

2.2 Календарный учебный график

Таблица 2

Календарный учебный график «Общая физическая подготовка с элементами волейбола»

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.	05.09	Инструктаж по технике безопасности: объяснение правил поведения на футбольном поле, в спортивном зале, раздевалках. Ознакомление с программой занятий. Упражнения с мячом. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена. Упражнения с мячом.	1	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Опрос
			1	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Опрос
2.	12.09	История развития футбола в России. Упр. с мячом. Знакомство с правилами игры в футбол. Учебная игра в футбол.	1	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Опрос
			1	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Опрос
3.	19.09	Упражнения для развития координации и для отработки техники передвижений	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
4.	26.09	Упражнения для развития быстроты и для отработки технических приёмов игры в футбол	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
5.	03.10	Упражнения для развития дистанционной скорости, отработки техники передвижений и для отработки технических приёмов игры в футбол	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
6.	10.10	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств, отработки техники передвижений	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
7.	17.10	Упражнения для развития специальной выносливости, отработки техники передвижений	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения

8.	24.10	Упражнения для развития ловкости, отработки техники передвижений и для отработки	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
9.	31.10	Упражнения для развития координации и для отработки	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
10.	07.11	Упражнения для развития быстроты и для отработки технических приёмов игры в футбол	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
11.	14.11	Упражнения для развития дистанционной скорости, отработки техники передвижений и для отработки технических	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
12.	21.11	Учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного	2	Соревнования и учебные игры	спортзал	Разбор игр
13.	28.11	Учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного программного материала.	2	Соревнования и учебные игры	спортзал	Разбор игр
14.	05.12	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств, отработки техники передвижений и для отработки технических приёмов игры в футбол	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
15.	12.12	Упражнения для развития специальной выносливости, отработки техники передвижений	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
16.	19.12	Упражнения для развития ловкости, отработки техники передвижений и для отработки технических приёмов игры в футбол	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
17.	26.12	Упражнения для развития координации и для отработки техники передвижений. Тактика	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
18.	09.01	Упражнения для развития быстроты и для отработки технических приёмов игры в футбол. Тактика	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
19.	16.01	Упражнения для отработки техники передвижений и для отработки технических приёмов игры в футбол. Тактика защиты. Взаимодействие игроков при	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения

20.	23.01	Упражнения для отработки техники передвижений и для отработки технических приёмов	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
21.	30.01	Упражнения для отработки техники передвижений и для отработки технических приёмов	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
22.	06.02	Упражнения для отработки техники передвижений и для отработки технических приёмов игры в футбол. Тактика вратаря. Правильная позиция в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара».	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
23.	13.02	Изучение элементарных тактических действий: «открывание» и «закрывание»	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
24.	20.02	Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
25.	27.02	Тактика нападения Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
26.	05.03	Тактика нападения Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
27.	12.03	Тактика нападения Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления,	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
28.	19.03	Тактика нападения Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
29.	26.03	учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного	2	Соревнования и учебные игры	спортзал	Разбор игр
30.	02.04	учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного	2	Соревнования и учебные игры	спортзал	Разбор игр
31.	09.04	учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного	2	Соревнования и учебные игры	спортзал	Разбор игр

32.	16.04	Тактика нападения Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
33.	23.04	Тактика защиты. Групповые действия. Элементарная страховка партнера при атаке соперника. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Контрольные упражнения
34.	07.05	Учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного программного материала.	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Разбор игр
35.	14.05	Учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного программного материала.	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Разбор игр
36.	21.05	Итоговое занятие. Учебные и тренировочные, товарищеские игры с применением в них изученного программного	2	Учебно-тренировочные занятия	спортзал	Разбор игр

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1 Условия реализации программы

Наличие материально-техническое оснащение

Для реализации программы необходимо:

- спортивный зал,
- оборудованные раздевалки и душевые,
- гимнастические скамейки,
- футбольные стойки,
- шведская стенка,
- турники,
- скакалки, мячи (волейбольные, теннисные, набивные, весом не более 1 кг),
- футбольные мячи,
- секундомеры,
- кольца-мишени,
- рама с подвесными мячами,
- переносные ворота,
- футбольный переносной щит,
- конусы, фишки.

Для обучающихся необходимо наличие спортивной формы и специальной обуви;

Наличие информационно-методических условий:

Методическое обеспечение программы

В тренировках с обучающимися этого возраста используются преимущественно упражнения из спортивных игр. Часто проводятся подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему». Эти игровые упражнения воздействуют на важные для овладения техникой физические качества. Для повышения функциональных возможностей органов и систем и развития двигательных качеств обучающегося применяются упражнения специальной физической подготовки (СФП), с преимущественным развитием ловкости и координации движений.

Обучение футбольной технике происходит с помощью специальных упражнений, чтобы обучающиеся овладели множеством простых технических приёмов и освоили широкий арсенал двигательных навыков.

Упражнения подбираются по принципу «от простого к сложному», выполняются сначала на месте или на малой скорости по неподвижному или катящемуся мячу без сопротивления, скорость увеличивается постепенно.

При разучивании сложных технических приемов они разбиваются на основные элементы. По мере овладения занимающимися основными элементами они постепенно сводятся в общую структуру движения, и потом разучивается этот технический прием уже в целостном виде.

Тактика игры изучается в нападении и в защите.

Методы обучения

На занятиях по футболу применяются различные методы обучения:

Словесный метод обучения, включающий в себя следующие приёмы: беседа, инструктаж, описание, объяснение и пояснение.

Наглядный - показ педагогом элементов, упражнений и движений, просмотр матчей, видеоматериалов.

Практический метод обучения представлен целостным и фрагментарным методами разучивания; стандартным и переменным методами повторения изучаемого действия; методом круговой тренировки.

Основные средства тренировочных воздействий:

- Общеразвивающие упражнения.
- Подвижные игры и игровые упражнения.
- Разнообразные прыжки и прыжковые упражнения.
- Гимнастические упражнения для силовой и скоростно-силовой подготовки.
- Акробатические упражнения.
- Эстафеты.

Основные методы выполнения упражнений:

- спортивно - игровой;
- равномерный;
- круговой;
- контрольный;
- соревновательный.

В процессе обучения по данной Программе у обучающихся закладывается основа дальнейшего овладения умениями и навыками игры в футбол.

Основные формы подготовки на занятиях по футболу - спортивные и подвижные игры по упрощённым правилам (с малыми составами, на небольших по размеру площадках, залах), соревнования, эстафеты, физические упражнения определённой направленности с элементами гимнастики, акробатики, лёгкой атлетики, а связующим звеном во всех этих формах является мяч. В течение занятия 80% времени обучающиеся занимаются с мячом, 20% отводится на упражнения различного характера. (электронные ресурсы, УМК, дидактические материалы, обеспечение программы методическими видами продукции: разработки игр, бесед, походов, экскурсий, конкурсов, конференций; рекомендаций по проведению лабораторных и практических работ, по постановке экспериментов или опытов; дидактический и лекционный материалы, методики по исследовательской работе, тематика опытнической или исследовательской работы и т.д.).

Использование дистанционных образовательных технологий:

Не предусмотрено;

Возможна ли реализация сетевого взаимодействия.

Сетевое взаимодействие не предусмотрено.

Кадровое обеспечение программы.

Данная программа реализуется тренером- преподавателем, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Уровень педагогических компетенций педагога дополнительного образования должен соответствовать профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

3.2. Формы аттестации и оценочные материалы.

Основной формой подведения итогов работы по программе - аттестация обучающихся. Аттестация проводится в соответствии с положением о текущем контроле успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Промежуточная аттестация - оценка качества усвоения обучающимися всего объёма содержания Программы по итогам учебного года, проводится один раз в год, в сроки, установленными календарным учебным графиком.

Итоговая аттестация — оценка уровня достижений обучающимися, заявленных в Программе по завершении всего образовательного курса в сроки, установленным календарным учебным графиком.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

Высокий уровень—обучающийся освоил практически весь объём знаний более 70%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;

средний уровень — у обучающегося объём усвоенных знаний составляет 50-70%; сочетает специальную терминологию с бытовой;

низкий уровень — обучающийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных программой; ребёнок, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Также предусмотрено проведение контрольных тестов и упражнений, которые проводятся в течение всего учебно-тренировочного процесса 2-3 раза в год (текущий контроль).

Текущий контроль проводится для оценки исходного уровня знаний, умений, навыков перед началом образовательного процесса:

- в начале учебного года — для всех обучающихся;
- в начале обучения по дополнительной общеобразовательной программе с вновь прибывшими обучающимися.

В конце обучения подводятся итоги, определяется уровень подготовленности юных спортсменов (Приложение № 1 и Приложение № 2).

3.3. Планируемые результаты Программы

Личностные результаты:

- развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Метапредметные результаты:

- формирование универсальных учебных действий (УУД). Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности. Познавательные

УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Предметные результаты

По окончании обучения обучающиеся будут знать:

- физиологические основы спортивной тренировки и режим дня
- спортсмена;
- историю развития футбола в России;
- правила игры в футбол.

По окончании обучения обучающиеся будут уметь:

- выполнять основные технические приемы владения мячом;
- выполнять элементарные тактические действия;
- согласовывать свои действия с другими игроками;
- выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: в
- начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание

мяча.

IV. СПИСОКЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 14.12.2007г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».
3. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР. Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011г.
4. Губа В. П., Лексаков А. В. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности: учебное пособие/ М.: Советский спорт, 2011г.
5. Кузнецов А. А. Футбол. Настольная книга детского тренера. Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе. М.: Олимпия, Человек, 2010г.
6. Лапшин О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010г.
7. Кук Малькольм. 101 упражнение для юных футболистов. –М.: «Издательство Астрель» 2005г.
8. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010г.
9. Футбольная энциклопедия. Москва. АСТ. 2000г.
10. Тюленьков С. Ю., Фёдоров А.А. Футбол в зале: система подготовки. –М.: «СпортАкадемПресс». 2002г.

КОНТРОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Таблица 3

№ п/п	Наименование	7-8 лет	9-11 лет
1.	Бег 30 метров (сек)	6-7	5-6,9
2.	Прыжок в длину с места (см)	не менее 135	не менее 145
3.	Челночный бег 3x10 (сек)	9-10	8-9
4.	Бег 30 метров с ведением мяча, (сек)	8-9	7-8

Условия выполнения упражнений

1. Бег на 30 м, челночный бег и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по легкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

2. Бег на 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта). Мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок остановит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша.

**ПЕРЕЧЕНЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ДЛЯ ОЦЕНИВАНИЯ
РЕЗУЛЬТАТОВ ВЫПОЛНЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Таблица 4

№	Критерии	Показатели	Степень выраженности оцениваемого качества	Оценка уровня
1.	Теоретические знания	Обучающийся знает: 1.1. о личной гигиене; 1.2. о значении режима дня для спортсмена; 1.3. историю развития футбола в России и лучших российских футболистов	Обучающийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за	высокий уровень
			Объем усвоенных знаний составляет более половины знаний, предусмотренных	средний уровень
			Овладел менее половины объема знаний, предусмотренных программой за	низкий уро
2.	Практические умения и навыки	Обучающийся владеет: • основными техническими приемами (техника остановок и передач мяча, ведений и обводки, ударов по воротам); • элементарными тактическими действиями: «открывание» и «закрывание» соперника	Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за	высокий уровень
			Объем усвоенных умений и навыков составляет более половины	средний уровень
			Обучающийся овладел лишь начальным уровнем подготовки	низкий уровень