УПРАВЛЕНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ СПОРТУ И МОЛОДЁЖНОЙ ПОЛИТИКИ АДМИНИСРАЦИИ ГОРОДА КОМСОМОЛЬСКА-НА-АМУРЕ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ВНЕШКОЛЬНОЙ РАБОТЫ «ЮНОСТЬ»



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНОна заседанииметодического объединенияПротокол № \_1\_\_от «\_01\_» \_09\_2023\_г.  | ПРИНЯТОпедагогическим советомМОУ ДО «ЦВР «Юность»Протокол № \_1\_от «\_01\_» \_09\_ 2023\_г.  | \\Admin-pc\обмен\ПРОГРАММЫ\ПЕЧАТЬ\Русакова.pngУТВЕРЖДАЮДиректор МОУ ДО«ЦВР «Юность»\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Л. РусаковаПриказ №\_\_\_117\_\_\_\_\_\_ от «\_01\_»\_09\_2023\_г.  |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

Физкультурно-спортивной направленности

Разноуровневая сетевая

**«Футбол»**

Возраст учащихся: 7-16 лет

Срок реализации: 7 лет

Составитель:

Гунькина Нина Алексеевна

Методист

первой категории

Козлов Эдуард Валентинович,

педагог дополнительного образования

г. Комсомольск-на-Амуре

 2023г

**Содержание**

**Раздел №1 Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

1.1. Пояснительная записка……………………………………………………………….....3

1.2. Цель и задачи программы …………………………………………………...………….5

1.3. Учебный план 1-2-3 годов обучения……………………………………………...…...5

Содержание программы

Планируемые результаты

1.4. Учебный план 4-5-6 годов обучения …….....................................................................10

Содержание программы

Планируемые результаты

1.5. Учебный план 7 года обучения……………………………………………………..…14

Содержание программы

Планируемые результаты

**Раздел №2 «Комплекс организационно – педагогических условий»:**

2.1.Условия реализации программы обучения……………………………………….…..18

2.2. Формы контроля ……………………………………………………………………......19

2.3. Формы представления материалов ……………………………………………..…….19

2.4. Оценочные материалы……………………………………………………………….…19

2.5. Методические обеспечение…………………………………………………………….21 2.6. Календарный учебный график 1-2-3 годов обучения………………………………..27

2.7.Календарный учебный график 4-5-6 годов обучения ……………………………….31

2.8.Календарный учебный график 7 года обучения ………………………………...…..34

План воспитательной работы………………………………………………………...…….38

**Список источников** ………………………………………………………………….……40

**Приложение**…………………………………………………………………………...……41

1. **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

**1.1 Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная программа «Футбол» составлена для муниципального образовательного учреждения дополнительного образования детей и молодежи «Центр внешкольной работы «Юность» разработана на основании существующих нормативных документов для учреждений дополнительного образования, опыта работы тренеров и педагогов по футболу спортивных школ г. Комсомольска-на-Амуре. Программа разработана на материалах программы «Футбол» для учебно-тренировочной работы в спортивных школах» г. Москва 1993 год, Российский футбольный союз. Программа модифицирована для работы с детьми и подростками.

- Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;

* Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4.09.2014 г. № 1726-р);
* Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания, обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
* Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
* письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
* Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Хабаровском крае. Утверждена распоряжением правительства от 05.08.2019 №645-рп;
* Стандарт услуги по организации и осуществлению образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным (дополнительным общеразвивающим) программам детям в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, на территории Хабаровского края (приказ Министерства образования и науки Хабаровского края от 30.01.2019 № 2);
* Положение о дополнительной общеобразовательной программе, реализуемой в Хабаровском крае (приказ Министерства образования и науки Хабаровского края № 383 П от 26.09.2019)

 - Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» с 1 октября 2018г-31 декабря 2024г. Формирование эффективной системы выявления, поддержки и развития способностей и талантов у детей и молодежи, основанной на принципах справедливости, всеобщности и направленной на самоопределение и профессиональную ориентацию всех обучающихся.

 - Распоряжения Правительства Хабаровского края от 23 января 2015г №20-рп «О ходе реализации основных направлений государственной молодёжной политики в Хабаровском крае». Концепция государственной молодёжной политики Хабаровского края на период до 2025 года, разработана в целях обеспечения интересов общества и молодёжи Хабаровского края в области государственной молодёжной политики.

-Устав МОУ ДО «ЦВР «Юность».

**Направление программы**

Программа физкультурно-спортивной направленности, разноуровневая сетевая направление – спортивно-оздоровительные группы в командно-игровых видах спорта (футбол).

Программа «Футбол» не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и физическое развитие детей, на формирование таких физических и психических качеств и способностей, которые позволят осваивать футбольные навыки. Направленность программы - физкультурно-оздоровительная.

При успешном прохождении программы учащиеся может продолжить обучение в группе мастеров команды «Смена» г. Комсомольска-на-Амуре

**Актуальность программы** состоит в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей и подростков в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление учащихся. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта футбол в нашей стране. Огромная тяга детей и подростков к футболу позволяет использовать этот вид спорта не только как средство физического развития, но и как важнейший фактор воспитательного, идеологического воздействия. В процессе занятий футболом воспитывается целый ряд ценных морально-волевых качеств: коллективизм, целеустремленность, выдержка, самообладание, дисциплинированность, товарищеская взаимопомощь, что особенно важно в современном мире.

Отличительная особенность программы «Футбол» в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, достигшим 7-16 летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском и подростковом коллективе.

Образовательная деятельность по программе «Футбол» стимулирует учащихся к дальнейшему совершенствованию физической и интеллектуальной сферы. Программа так же предоставляет возможность детям, ранее занимающимся футболом в спортивных школах, и по каким- либо причинам, прекратившим занятия, но сохранившим интерес к предмету образовательной деятельности и продолжить обучение по программе «Футбол». При реализации программы частично применяется электронное обучение и дистанционные образовательные технологии. В работе используются видеоконференции ZOOM, SKYPE, электронная почта, цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательном сайте центра.

**Педагогическая целесообразность**

Представленная программа по футболу направлена на реализацию принципа вариативности, задающего возможность подбирать содержание учебного материала в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, материально-технической оснащенностью учебно-тренировочного процесса. Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания обучающихся на протяжении всего периода обучения, формируя целостное представление детей о физической культуре, ее возможностях в улучшении состояния здоровья.

* Отличительной особенностью данной программы является то, что она создана на основе курса обучения игре в футбол.
* Технические приемы, тактические действия и игра таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического развития, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов. Выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

**Адресат программы**

На программу принимаются дети от 7 до 16 лет по заявлению родителей (законных представителей). Для участия в спортивных мероприятиях – предоставляется справка от педиатра о состоянии здоровья с указанием группы здоровья обучающегося.

**Объем и сроки реализации программы**

* Программа рассчитана на 7-летний курс обучения.
* Учебный год составляет 36 учебных и 6 недель, предусмотренных для самостоятельной работы, восстановительных мероприятий в условиях каникулярного периода.
* Количество занятий в неделю -4 -6 - 8. Дозировка нагрузок и выбор заданий дифференцируется в зависимости от возраста и способностей учащегося. При необходимости меняется время на изучение конкретной темы.
	1. **Цель и задачи программы**

**Цель:** формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств учащихся, овладения техникой и тактикой игры в футбол и ее основными правилами.

 **Задачи:**

***Предметные:***

* формирование необходимых теоретических знаний;
* обучение технике и тактике игры;
* обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

***Метапредметные:***

* развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
* повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта.

***Личностные:***

* воспитание моральных и волевых качеств;
* выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
* формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

**1.3. Учебный план 1- 2-3 годов обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Перечень разделов, тем | Количество часов | Формы контроля |
| **1 год обучения** | **2-3 год обучения** |
| Всего | Теория | Практика | Всего | Теория | Практика |
|  | Теоретическая подготовка | **4** | 2 | 2 | **6** | 4 | 2 | Беседа, опрос |
|  | Общая физическая подготовка | **36** | **6** | **30** | **36** | **6** | **30** | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Специальная физическая подготовка | **24** | **4** | **20** | **44** | **4** | **40** | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Техническая подготовка  | **32** | **10** | **22** | **52** | **10** | **42** | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Тактическая подготовка | **10** | **3** | **7** | **40** | **4** | **36** | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Учебные игры | **32** | **-** | **32** | **32** | **-** | **32** | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Экзамены (контрольные испытания) | **6** | **-** | **6** | **6** | **-** | **6** | Контрольные упражнения, тесты, нормативы  |
| **Итого:** | **144** | **25** | **119** | **216** | **28** | **188** |  |

**Содержание программы 1- 2-3 годов обучения.**

Разделы, по которым обучают учащихся, с каждым годом обучения увеличиваются в часах, идет повторение пройденных тем.

**Раздел № 1**

**Тема: Теоретическая подготовка.**

* Изучение упрощенных правил игры в футбол и мини-футбол.
* Изучение правил судейства, подготовки и разметки поля.
* Изучение истории футбола, мини-футбола, футзала.
* Изучение истории отдельных футбольных команд.
* Решение простейших игровых ситуаций, наиболее часто встречающихся в матчах на макете футбольного поля или специальных бланках.
* Знакомство с основными правилами наиболее популярных видов спорта.
* Знакомство с историей и достижениями Олимпийских игр, успехами советского и российского спорта.
* Формирование навыков личной гигиены, наличие чистой и опрятной спортивной одежды и обуви.
* Знание простейших способов оказания первой медицинской помощи.
* Знание техники безопасности, правил поведения в спортивном зале или на футбольном поле в экстремальных ситуациях: при пожаре, поражению электрическим током, наводнении, противоправных действий других лиц, угрозе террористических акций
* Просмотр дисков и телетрансляций с последующим их обсуждением.
* Встречи со специалистами футбола: игроками футбольной команды мастеров («Смена» г. Комсомольск-на-Амуре), тренерами, судьями, ветеранами спорта, журналистами, болельщиками.

На каждом занятии необходимо выделять время для теоретической подготовки которая имеет конкретные цели и задачи. Все изучаемое в теории закрепляется в последующих практических занятиях.

**Раздел№ 2.**

**Тема: Общая физическая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются различные виды ходьбы, бега, прыжки, падения, страховки при падениях, повороты, кувырки. Упражнения для развития быстроты, силы, выносливости, ловкости, прыгучести, гибкости.

* строевой шаг, ходьба, повороты на месте и в движении, перестроения в круг, в две и в три шеренги.
* Упражнения в парах, тройках и группах: повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, ног, туловища, отведение назад и в сторону рук и ног, выпады вперед, приседания, прыжки, элементы противоборства в борцовской стойке.
* Равномерно-переменный бег на 30,60,100 метров.
* Повторно-интервальное пробегание (сериями) различных по длине отрезков (от 10 до 30 м.) с максимальной скоростью (8-12 отрезков в серии) с отдыхом до 30 сек.
* Бег на выносливость 200,400 метров, боком и спиной вперед в высоту и длину с места. Прыжки.
* Упражнения с набивными мячами (1 кг.): броски мяча вверх и ловля с поворотами и приседаниями, броски в парах и тройках из различных положений: стоя, сидя, лежа на спине и на животе, различными способами (сверху, снизу, от груди, из-за головы), эстафеты с различными способами передачи, бросания и толкании мяча, упражнения для мышц верхнего плечевого пояса, туловища, ног.
* Элементы акробатики, кувырки вперед, назад, в стороны, «рыбка», гимнастический мост из положения лежа на спине.
* Подвижные игры и эстафеты с мячом: бег, прыжки, метания; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, метанием в цель, броском и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях.
* Спортивные игры: ручной мяч, баскетбол, хоккей (по упрощенным правилам).
* Подвижные игры: салочки, казаки-разбойники, рыбаки и рыбки, выбивало, вытолкни из круга, петушиные бои и т.п.
* Плаванье.

**Раздел № 3**

**Тема: Специальная физическая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются упражнения для развития координации движений, быстроты двигательной реакции, развития скоростной выносливости, скоростно-силовых качеств с мячом.

Повторное пробегание коротких отрезков (10-30 м.) из разных исходных положений, с набивными или футбольными мячами, или без них, в различных направлениях, с изменением направления бега по звуковому или зрительному сигналу.

* Челночный бег с внезапными остановками и повторными рывками (туда и обратно) 3х10 м.
* Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу.
* Ведения мяча змейкой.
* Бег с поворотами на 180 градусов по звуковому или зрительному сигналу.
* Ускорения и рывки с мячом, рывки к мячу с последующим ударом по воротам.
* Прыжки с имитацией ударов по мячу ногой и головой.
* Доставание подвешенного мяча в прыжке с места и с разбега ногой или головой.
* Прыжки. Удары головой: средней, боковой частью лба, височной областью.
* Остановки и приемы мяча ногой: внутренней и внешней частью стопы, внутренней, средней, внешней частью подъема, подошвой, на носок, остановки мяча голенью и бедром.
* Остановки мяча грудью с направлением движения мяча вниз, то же – вверх.
* Ведение мяча: ведение по прямой, из стороны в сторону, обвод препятствий.
* Ведение и удержание мяча стопой, подъемом, бедром, грудью, головой.
* Финты: ложные замахи, уход в сторону, проброс мяча в одну сторону соб беганием соперника с другой стороны, ложная остановка, увод игрока за собой.
* Откидки и переводы мяча: ногами, грудью, головой.
* Отбор мяча: ногами, туловищем, головой, на месте, во время шага, на бегу, выпадом, в подкате.
* Ввод мяча из-за боковой: ногой, руками.
* Жонглирование мячом. Жонглирование: подъемом, бедром, головой.
* Удержание мяча грудью, плечевой областью.
* Техника игры вратаря: ловля летящего мяча сверху, снизу, ловля катящегося мяча.
* Отбивание мяча: одной рукой, двумя руками, ногами, туловищем, головой. Перевод мяча ногами в падении.
* Броски мяча одной или двумя руками на месте с места или с разбега с ударом головой или ногой по мячам, подвешенным на различной высоте.
* Серия кувырков 2х3,чередуя кувырки вперед, назад и через плечо, с ударами по мячу.
* Прыжки через гимнастическую скамейку.

**Раздел № 4**

**Тема: Техническая подготовка**.

В этом разделе рассматриваются удары ногой: внутренней и внешней стороной стопы, средней частью подъема, внутренней, внешней частью подъема, носком, удары с полулета, резаные, через себя и др.

* В беге или с шагом. Выбивание мяча с руки, то же ногой с земли.
* Индивидуальная работа над плохо усваиваемыми техническими элементами: повтор упражнений, разбор элементов, показ правильности выполнения тренером, совместное выполнение с успевающими товарищами по команде.

По мере усвоения техники футбола закладываются основы ориентировки. Сначала воспитывается способность ориентироваться, когда нужно переключать внимание, затем постепенно уменьшается интервал времени на переключение внимания и формируется умение распределять внимание. Способность ориентироваться воспитывается с помощью зрительных сигналов, подаваемых тренером или партнером.

**Раздел № 5**

**Тема: Тактическая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются передачи, выбор места, игровые комбинации и упражнения, темп игры, игровые функции нападающего, полузащитника, защитника, вратаря, схемы общекомандной игры, перестроение и взаимозаменяемость игроков.

* упражнения в ведении мяча с остановками и изменением направления движения по звуковому или зрительному сигналу.
* упражнения в передачах мяча в парах и тройках на месте и в движении.
* Игра в парах на малой площадке со взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводку, отбор мяча),при попеременном участии в парах всех игроков команды.
* Упражнение 2 в 1 с задачей выбора места для получения мяча: открывание на мяч.
* То же с задачей зарыть игрока.
* Упражнения 2х1,3х1,4х2,5х2 с задачей отобрать мяч.
* Игра 3х3 без вратарей и 4х4 с вратарями на малой площадке со взятием ворот.

**Раздел № 6**

**Тема: Учебные игры (товарищеские и контрольные).**

* Двусторонние тренировочные игры 4х4 между собой, со взятием ворот, в спортивном зале и на уменьшенной площадке.
* Двусторонние тренировочные игры 7х7, 11х11 между собой на открытой площадке с искусственным покрытием.
* Товарищеские игры с командами других клубов, школ, футбольных секций 4х4 в зале, с неограниченным количеством прямых и обратных замен игроков.
* То же 7х7 на открытой площадке с покрытием, с ограниченным количеством замен.
* То же на большом поле по правилам футбола.
* Контрольные игры с более сильными командами.
* Участие в районных и городских турнирах по футболу и мини-футболу, в соответствии с Положениями об этих турнирах.

**Радел № 7**

**Тема: Экзамены (контрольные испытания).**

Выполнение контрольных испытаний проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в объединении (Приложение 1).

**Планируемые результаты 1- 2-3 годов обучения**

***Предметные:***

* ознакомлены с правилами футбола;
* имеют навыки обращения с мячом;
* обучились технике и тактике игры.

***Метапредметные:***

* развиты физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость);

 - повышена техническая и тактическая подготовленность в данном виде спорта;

 - сформированны в футбольную команду, принимают участие в школьных и районных соревнованиях, занимая в них призовые места.

***Личностные:***

* воспитание моральных и волевых качеств;
* имеют организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
* ответственны, дисциплинированны, оказывают взаимопомощь друг другу;
* проявляют потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

**1.4.Учебный план 4-5-6 годов обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | Перечень разделов, тем | Количество часов | Формы контроля |
| 4-6 год обучения |
| Всего | Теория | Практика |
|  | Теоретическая подготовка | 6 | 4 | 2 | Беседа, опрос |
|  | Общая физическая подготовка | 18 |  - | 18 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Специальная физическая подготовка | 52 | 4 | 48 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Техническая подготовка  | 58 | 10 | 48 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Тактическая подготовка | 44 | 4 | 40 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Учебные игры | 32 | - | 32 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Экзамены (контрольные испытания) | 6 | - | 6 | Контрольные упражнения, тесты, нормативы |
| **Итого:** | **216** | 22 | 194 |  |

**Содержание программы (4- 5 -6 годов обучения)**

 **Раздел: №1**

**Тема: Теоритическая подготовка**

В данном разделе предполагаются встречи со специалистами футбола: видными спортсменами, тренерами, судьями, ветеранами спорта, журналистами, болельщиками. Проводится тестирование учащихся на знание истории футбола, и правил игры.

Составляется график прохождения судейской практики на учебных играх. Судейство разбирается и ставится оценка. Практика судейства, осуществляется в процессе учебных занятий, соревнований спортивной школы, районных и городских соревнований.

**Раздел № 2**

**Тема: Общефизическая подготовка**

В этом разделе рассматриваются различные виды ходьбы, бега, прыжки, падения, страховки при падениях, повороты, кувырки. Упражнения для развития быстроты, силы, выносливости, ловкости, прыгучести, гибкости:

* строевой шаг, ходьба, повороты на месте и в движении, перестроения в круг, в две и в три шеренги.
* Упражнения в парах, тройках и группах: повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, ног, туловища, отведение назад и в сторону рук и ног, выпады вперед, приседания, прыжки, элементы противоборства в борцовской стойке.
* Равномерно-переменный бег на 30,60,100 метров.
* Повторно-интервальное пробегание (сериями) различных по длине отрезков (от 10 до 30 м.) с максимальной скоростью (8-12 отрезков в серии) с отдыхом до 30 сек.
* Бег на выносливость 200,400 метров.
* Прыжки в высоту и длину с места.
* Упражнения с набивными мячами (1 кг.): броски мяча вверх и ловля с поворотами и приседаниями, броски в парах и тройках из различных положений: стоя, сидя, лежа на спине и на животе, различными способами (сверху, снизу, от груди, из-за головы), эстафеты с различными способами передачи, бросания и толкании мяча, упражнения для мышц верхнего плечевого пояса, туловища, ног.
* Элементы акробатики, кувырки вперед, назад, в стороны, «рыбка», гимнастический мост из положения лежа на спине.
* Подвижные игры и эстафеты с мячом: бег, прыжки, метания; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, метанием в цель, броском и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях.
* Упражнения на канате, гимнастической скамейке, шведской стенке.
* Спортивные игры: ручной мяч, баскетбол, хоккей (по упрощенным правилам).
* Ходьба на лыжах, бег на коньках, плаванье.

Во время второго года обучения, занимающиеся продолжают выполнять вышеизложенные упражнения, увеличивая частоту и нагрузку, изменяя порядок выполнения комплексов упражнений и их сочетаний, улучшая качество исполнения.

**Раздел № 3**

**Тема: Специальная физическая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются упражнения для развития координации движений, быстроты двигательной реакции, развития скоростной выносливости, скоростно-силовых качеств.

* Повторное пробегание коротких отрезков (10-30 м.) из разных исходных положений, с набивными или футбольными мячами, или без них, в различных направлениях, с изменением направления бега по звуковому или зрительному сигналу.
* Челночный бег с внезапными остановками и повторными рывками (туда и обратно) 2х10 м.,2х15 м.
* Бег боком и спиной вперед
* Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу.
* Бег змейкой.
* Бег с поворотами на 180 градусов по звуковому или зрительному сигналу.
* Ускорения и рывки с мячом, рывки к мячу с последующим ударом по воротам.
* Подвижные игры: салочки, казаки-разбойники, рыбаки и рыбки, штандер-штандер, выбивало, вытолкни из круга, петушиные бои и т.п.
* Прыжки с поворотом на 90 и 180 градусов
* Прыжки с имитацией ударов по мячу ногой и головой.
* Доставание подвешенного мяча в прыжке с места и с разбега ногой или головой.
* Прыжки с места или с разбега с ударом головой или ногой по мячам, подвешенным на различной высоте.
* Жонглирование мячом.
* Преодоление полосы препятствий.
* упражнения в равновесии.
* Гимнастические упражнения на 8 счетов и более.
* Элементы акробатики: стойка на руках, свечка, колесо, переворот вперед с помощью партнера или тренера.
* Серия кувырков 2х3,чередуя кувырки вперед, назад и через плечо, с ударами по мячу.
* Ходьба по гимнастической скамейке.
* -Упражнения с обручами и скакалками.
* - Приемы мяча головой: лобной, височной, затылочной частями.

Во время второго года обучения юных футболистов более целенаправленно развиваются и совершенствуются двигательные навыки, в первую очередь быстрота, ловкость, координация движений и гибкость, вводятся упражнения с небольшими отягощениями. Применяемые упражнения на силу обязательно чередуются с упражнениями на быстроту. Обучаемые учатся умению расслаблять мышцы, самостоятельно восстанавливаться после перенесенных нагрузок и выполненных комплексов упражнений. Особое внимание уделяется правильному и своевременному выполнению упражнений как индивидуально, так и в составе команды, умению самостоятельно воспроизвести отдельные, наиболее часто применяемые комплексы упражнений и отдельные задания.

**Раздел № 4**

**Тема: Техническая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются удары ногой: внутренней и внешней стороной стопы, средней частью подъема, внутренней, внешней частью подъема, носком, удары с полулета, резаные, через себя и др.

* Удары головой: средней, боковой частью лба, височной областью.
* Остановки и приемы мяча ногой: внутренней и внешней частью стопы, внутренней, средней, внешней частью подъема, подошвой, на носок, остановки мяча голенью и бедром.
* Остановки мяча грудью с направлением движения мяча вниз, то же – вверх.
* Приемы мяча головой: лобной, височной, затылочной частями.
* Ведение мяча: ведение по прямой, из стороны в сторону, обвод препятствий, пере-брос препятствий,
* Ведение и удержание мяча стопой, подъемом, бедром, грудью, головой.
* Финты: ложные замахи, уход в сторону, проброс мяча в одну сторону с обеганием соперника с другой стороны, ложная остановка, увод игрока за собой.
* Откидки и переводы мяча: ногами, грудью, головой.
* Отбор мяча: ногами, туловищем, головой, на месте, во время шага, на бегу, выпадом, в подкате.
* Ввод мяча из-за боковой: ногой, руками.
* Жонглирование: подъемом, бедром, головой.
* Удержание мяча грудью, плечевой областью.
* Техника игры вратаря: ловля летящего мяча сверху, снизу, ловля катящегося мяча. Отбивание мяча: одной рукой, двумя руками, ногами, туловищем, головой. Перевод мяча через верхнюю перекладину кулаками. Перевод мяча ногами в падении. Броски мяча одной или двумя руками на месте или с шагом. Выбивание мяча с руки, то же ногой с земли.

Индивидуальная работа над плохо усваиваемыми техническими элементами: повтор упражнений, разбор элементов, показ правильности выполнения тренером, совместное выполнение с успевающими товарищами по команде.

На втором году обучения, который является вторым этапом учебно-тренировочного процесса, осуществляется переход от простого изучения и многократного повторения изученных приемов, к их применению в игровых условиях. В начале выполняются удары на технику и точность, а затем требования повышаются до выполнения точных ударов на дальность и силу в игровых условиях. Вводится сопротивление партнера при выполнении упражнения, активность сопротивления при этом постоянно повышается. Обучаемые второго года обучения изучают более сложные технические приемы:

* Удары с полулета, удары с лета.
* Остановки мяча туловищем.
* Остановки мяча головой.
* Комбинации подобных приемов и т. п.

По мере усвоения техники футбола закладываются основы ориентировки. Сначала воспитывается способность ориентироваться, когда нужно переключать внимание, затем постепенно уменьшается интервал времени на переключение внимания и формируется умение распределять внимание. Способность ориентироваться воспитывается с помощью зрительных сигналов, подаваемых тренером или партнером.

**Раздел № 5**

**Тема: Тактическая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются передачи, выбор места, игровые комбинации и упражнения, темп игры, игровые функции нападающего, полузащитника, защитника, вратаря, схемы общекомандной игры, перестроение и взаимозаменяемость игроков.

* упражнения в ведении мяча с остановками и изменением направления движения по звуковому или зрительному сигналу.
* упражнения в передачах мяча в парах и тройках на месте и в движении.
* Игра в парах на малой площадке со взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводку, отбор мяча),при попеременном участии в парах всех игроков команды.
* Упражнение 2 в 1 с задачей выбора места для получения мяча: открывание на мяч.
* То же с задачей зарыть игрока.
* Упражнения 2х1,3х1,4х1,5х1 с задачей отобрать мяч.
* Игра 3х3 без вратарей и 4х4 с вратарями на малой площадке со взятием ворот.

**Раздел № 6**

**Тема: Учебные игры (товарищеские и контрольные).**

* Двусторонние тренировочные игры 4х4 между собой, со взятием ворот, в спортивном зале и на уменьшенной площадке.
* Двусторонние тренировочные игры 7х7 между собой на открытой площадке с искусственным покрытием.
* Товарищеские игры с командами других клубов, школ, футбольных секций 4х4 в зале, с неограниченным количеством прямых и обратных замен игроков.
* То же 7х7 на открытой площадке с покрытием, с ограниченным количеством замен.
* То же на большом поле по правилам футбола.
* Контрольные игры с более сильными командами.
* Участие в районных и городских турнирах по футболу и мини-футболу, в соответствии с Положениями об этих турнирах.

**Раздел № 7**

**Тема: Экзамены (контрольные испытания).**

Выполнение контрольных испытаний проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в объединении (Приложение 1).

**Планируемые результаты 4- 5-6 годов обучения**

***Предметные:***

* имеют навыки игры на определенной игровой позиции: вратарь, защитник, полу-защитник, нападающий.
* пользуются элементами IT- компетенций
* свободно обращаются с мячом, уверенно контролируя его различными частями тела;
* имеют понятие о теории футбола;
* обучены приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

***Метапредметные:***

* развиты физические способности (силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость);
* повышена техническая и тактическая подготовленность в данном виде спорта;

- умеют общаться с товарищами по команде и соперниками на футбольном поле.

***Личностные:***

* проявляют моральные и волевые качества;
* проявляют организаторские навыки и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
* сформированы потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

**1.5. Учебный план 7 года обучения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | Перечень разделов, тем | Количество часов | Формы контроля |
| 7 год обучения |
| Всего | Теория | Практика |
|  | Теоретическая подготовка | **6** | 4 | 2 | Беседа, опрос |
|  | Общая физическая подготовка | **18** | - | 18 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Специальная физическая подготовка | **62** | 4 | 58 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Техническая подготовка  | **68** | 10 | 58 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Тактическая подготовка | **66** | 2 | 64 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Учебные игры | **62** | - | 62 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
|  | Экзамены (контрольные испытания) | **6** | - | 6 | Педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания |
| **Итого:** | **288** | 20 | 268 |  |

**Содержание программы 7 год обучения**

 **Раздел: №1**

**Тема: Теоритическая подготовка**

В данном разделе предполагаются встречи со специалистами футбола: видными спортсменами, тренерами, судьями, ветеранами спорта, журналистами, болельщиками. Проводится тестирование учащихся на знание истории футбола, и правил игры.

Составляется график прохождения судейской практики на учебных играх. Судейство разбирается и ставится оценка. Практика судейства, осуществляется в процессе учебных занятий, соревнований спортивной школы, районных и городских соревнований.

**Раздел № 2**

**Тема: Общефизическая подготовка**

* Упражнения в парах, тройках и группах: повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, ног, туловища, отведение назад и в сторону рук и ног, выпады вперед, приседания, прыжки, элементы противоборства в борцовской стойке.
* Равномерно-переменный бег на 30,60,100 метров.
* Повторно-интервальное пробегание (сериями) различных по длине отрезков (от 10 до 30 м.) с максимальной скоростью (8-12 отрезков в серии) с отдыхом до 30 сек.
* Бег на выносливость 200,400 метров.
* Прыжки в высоту и длину с места.
* Упражнения с набивными мячами (1 кг.): броски мяча вверх и ловля с поворотами и приседаниями, броски в парах и тройках из различных положений: стоя, сидя, лежа на спине и на животе, различными способами (сверху, снизу, от груди, из-за головы), эстафеты с различными способами передачи, бросания и толкании мяча, упражнения для мышц верхнего плечевого пояса, туловища, ног.
* Элементы акробатики, кувырки вперед, назад, в стороны, «рыбка», гимнастический мост из положения лежа на спине.
* Подвижные игры и эстафеты с мячом: бег, прыжки, метания; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, метанием в цель, броском и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях.
* Упражнения на канате, гимнастической скамейке, шведской стенке.
* Спортивные игры: ручной мяч, баскетбол, хоккей (по упрощенным правилам).
* Ходьба на лыжах, бег на коньках, плаванье.

Во время второго года обучения, занимающиеся продолжают выполнять вышеизложенные упражнения, увеличивая частоту и нагрузку, изменяя порядок выполнения комплексов упражнений и их сочетаний, улучшая качество исполнения.

**Раздел № 3**

**Тема: Специальная физическая подготовка.**

* Повторное пробегание коротких отрезков (10-30 м.) из разных исходных положений, с набивными или футбольными мячами, или без них, в различных направлениях, с изменением направления бега по звуковому или зрительному сигналу.
* Челночный бег с внезапными остановками и повторными рывками (туда и обратно) 2х10 м.,2х15 м.
* Бег боком и спиной вперед
* Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу.
* Бег змейкой.
* Бег с поворотами на 180 градусов по звуковому или зрительному сигналу.
* Ускорения и рывки с мячом, рывки к мячу с последующим ударом по воротам.
* Подвижные игры: салочки, казаки-разбойники, рыбаки и рыбки, штандер-штандер, выбивало, вытолкни из круга, петушиные бои и т.п.
* Прыжки с поворотом на 90 и 180 градусов
* Прыжки с имитацией ударов по мячу ногой и головой.
* Доставание подвешенного мяча в прыжке с места и с разбега ногой или головой.
* Прыжки с места или с разбега с ударом головой или ногой по мячам, подвешенным на различной высоте.
* Жонглирование мячом.
* Преодоление полосы препятствий.
* упражнения в равновесии.
* Гимнастические упражнения на 8 счетов и более.
* Элементы акробатики: стойка на руках, свечка, колесо, переворот вперед с помощью партнера или тренера.
* Серия кувырков 2х3,чередуя кувырки вперед, назад и через плечо, с ударами по мячу.
* Ходьба по гимнастической скамейке.
* Упражнения с обручами и скакалками.
* Приемы мяча головой: лобной, височной, затылочной частями.

**Раздел № 4**

**Тема: Техническая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются удары ногой: внутренней и внешней стороной стопы, средней частью подъема, внутренней, внешней частью подъема, носком, удары с полулета, резаные, через себя и др.

* Удары головой: средней, боковой частью лба, височной областью.
* Остановки и приемы мяча ногой: внутренней и внешней частью стопы, внутренней, средней, внешней частью подъема, подошвой, на носок, остановки мяча голенью и бедром.
* Остановки мяча грудью с направлением движения мяча вниз, то же – вверх.
* Приемы мяча головой: лобной, височной, затылочной частями.
* Ведение мяча: ведение по прямой, из стороны в сторону, обвод препятствий, переброс препятствий,
* Ведение и удержание мяча стопой, подъемом, бедром, грудью, головой.
* Финты: ложные замахи, уход в сторону, проброс мяча в одну сторону с обеганием соперника с другой стороны, ложная остановка, увод игрока за собой.
* Откидки и переводы мяча: ногами, грудью, головой.
* Отбор мяча: ногами, туловищем, головой, на месте, во время шага, на бегу, выпадом, в подкате.
* Ввод мяча из-за боковой: ногой, руками.
* Жонглирование: подъемом, бедром, головой.
* Удержание мяча грудью, плечевой областью.
* Техника игры вратаря: ловля летящего мяча сверху, снизу, ловля катящегося мяча. Отбивание мяча: одной рукой, двумя руками, ногами, туловищем, головой. Перевод мяча через верхнюю перекладину кулаками. Перевод мяча ногами в падении. Броски мяча одной или двумя руками на месте или с шагом. Выбивание мяча с руки, то же ногой с земли.

Индивидуальная работа над плохо усваиваемыми техническими элементами: повтор упражнений, разбор элементов, показ правильности выполнения тренером, совместное выполнение с успевающими товарищами по команде.

На втором году обучения, который является вторым этапом учебно-тренировочного процесса, осуществляется переход от простого изучения и многократного повторения изученных приемов, к их применению в игровых условиях. В начале выполняются удары на технику и точность, а затем требования повышаются до выполнения точных ударов на дальность и силу в игровых условиях. Вводится сопротивление партнера при выполнении упражнения, активность сопротивления при этом постоянно повышается. Обучаемые второго года обучения изучают более сложные технические приемы:

* Удары с полулета, удары с лета.
* Остановки мяча туловищем, остановки мяча головой.
* Комбинации подобных приемов и т. п.

**Раздел № 5**

**Тема: Тактическая подготовка.**

В этом разделе рассматриваются передачи, выбор места, игровые комбинации и упражнения, темп игры, игровые функции нападающего, полузащитника, защитника, вратаря, схемы общекомандной игры, перестроение и взаимозаменяемость игроков.

* упражнения в ведении мяча с остановками и изменением направления движения по звуковому или зрительному сигналу.
* упражнения в передачах мяча в парах и тройках на месте и в движении.
* Игра в парах на малой площадке со взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводку, отбор мяча),при попеременном участии в парах всех игроков команды.
* Упражнение 2 в 1 с задачей выбора места для получения мяча: открывание на мяч.
* То же с задачей зарыть игрока.
* Упражнения 2х1,3х1,4х1,5х1 с задачей отобрать мяч.
* Игра 3х3 без вратарей и 4х4 с вратарями на малой площадке со взятием ворот.

**Раздел № 6**

**Тема: Учебные игры (товарищеские и контрольные).**

* Двусторонние тренировочные игры 4х4 между собой, со взятием ворот, в спортивном зале и на уменьшенной площадке.
* Двусторонние тренировочные игры 7х7 между собой на открытой площадке с искусственным покрытием.
* Товарищеские игры с командами других клубов, школ, футбольных секций 4х4 в зале, с неограниченным количеством прямых и обратных замен игроков.
* То же 7х7 на открытой площадке с покрытием, с ограниченным количеством замен.
* То же на большом поле по правилам футбола.
* Контрольные игры с более сильными командами.
* Участие в районных и городских турнирах по футболу и мини-футболу, в соответствии с Положениями об этих турнирах.

**Раздел № 7**

**Тема: Экзамены (контрольные испытания).**

Выполнение контрольных испытаний проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в объединении.

**Ожидаемые результаты:**

***Предметные:***

* сформированы необходимые теоретические знания по технике и тактике игры «Футбол»;

- понимают жесты и сигналы судьи;

- решают игровые ситуации, наиболее часто встречающихся в матчах на макете футбольного поля или специальных бланках;

- знают историю и достижения Олимпийских игр, успехи советского и российского спорта.

***Метапредметные:***

* проявляют основные физические способности: силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость;
* во время подготовки и проведения игры смогут совершенствовать навыки и умения ведения игры;

- уважительно относятся к атрибутам проведения футбольных матчей: построению и приветствию команд, поднятию флага, исполнению гимна;

- обучаемые, объединенные в футбольную команду, могут выступать в районных и городских соревнованиях, занимая при этом призовые места.

***Личностные:***

* при проведении игры смогут проявить моральные и волевые качества;
* могут продемонстрировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе, ответственность, дисциплинированность, взаимопомощь;
* сформировалась потребность к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

 - правильно реагируют на поведение болельщиков.

**Раздел№ 2. Комплекс основных организационно-педагогических условий**

**2.1 Условия реализации программы**

**Материально-техническое обеспечение:**

* крытый спортивный зал для занятий футболом в холодное время года, футбольное поле, ворота футбольные стандартные,
* комплект футбольных накидок (для товарищеских игр)
* нескольких игровых площадок: волейбольная и баскетбольная или комбинированная,
* теплые раздевалки,
* душевая,
* комната для тренера и судей,
* помещение для хранения инвентаря и спортивной формы.
* футбольные, мини-футбольные, гандбольные, хоккейные ворота, мячи, сетки, форма, скакалки, фишки, свисток, секундомер, конусы-ориентиры сетка для переноски мячей, флаги для разметки футбольного поля, свисток и карточки для судьи, стойки для обводки, насос для накачивания мячей, аптечка

При реализации электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, необходимо наличие компьютера с выходом в интернет, соответствующего программного обеспечения.

**Информационное обеспечение:** видео материалы, фото, интернет источники.

**Кадровое обеспечение**: педагог дополнительного образования, высшее педагогическое образование

**2.2 Формы контроля**

 Беседа, опрос, педагогическое наблюдение, практическая работа, анализ выполнения задания

**2.3 Формы предоставления материалов**

Итоговые турниры, соревнования.

**2.4 Оценочные материалы.**

Контрольные нормативы (Приложение№1)

**Условия выполнения контрольных упражнений**

 1. Бег на 30 метров (с мячом и без)

 2. Челночный 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 трех 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. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время.

 3. 6-минутный бег - выполняется по правилам соревнований по легкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

4. Прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по легкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

5. Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по недвижимому мячу. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

 6. Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъема, внутренней и внешней стороны стопы, бедром) и головой в любой последовательности, не повторяя один способ удара два раза подряд. С 13 лет необходимо обязательно выполнить не менее одного удара головой, правым и левым бедром. На выполнение дается три попытки.

 7. Удары по мячу ногой на точность попадания выполняются с разбега любым способом по неподвижному мячу правой и левой с расстояния 17 м (подростки 11-14 лет – с расстояния 11 м). Мячом надо попасть в заданную треть ворот, разделенных по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Учитывается сумма попаданий.

 8. Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов), выполняется по коридору 3 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трех попыток

**Контрольные нормативы (для мальчиков)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Контрольные испытания** | **Возраст (лет)** |
| **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** |
| 1 | Бег 30 м (с) | - | 6,4 | 6,2 | 6,0 | 5,8 | 5,6 | 5,4 | 5,2 | 4,9 | 4,8 |
| 2 | Челночный бег 3х10 (с) | - | 9,5 | 9,3 | 9,0 | 8,8 | 8,6 | 8,5 | 8,3 | 8,0 | 7,6 |
| 3 | 6 – минутный бег (м) | - | - | - | - | 1150 | 1200 | 1200 | 1200 | 1300 | 1350 |
| 4 | Прыжок в длину с места, см | 140 | 150 | 160 | 170 | 178 | 185 | 190 | 194 | 197 | 200 |
| 5 | Бег 30 метров с ведением мяча (с) | - | - | 6,8 | 6,6 | 6,5 | 6,3 | 6,1 | 5,8 | 5,6 | 5,4 |
| 6 | Жонглирование мячом ногами (поочерёдно правой левой ногой) | - | - | 6 | 8 | 12 | 16 | 20 | 26 | 30 | - |
| 7 | Жонглирование мяча головой | - | - | 5 | 8 | 12 | 16 | 18 | 22 | 24 | 26 |
| 8 | Удар по мячу ногой на точность попаданий | - | - | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 |
| 9 | Бросок мяча рукой на дальность (м) | - | - | - | - | - | - | 18 | 20 | 22 | 25 |

**2.5 Методическое обеспечение**

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). При 1 году обучения длительность беседы может быть увеличена до 30 минут или проведено самостоятельное теоретическое занятие длительностью до 45 минут. Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия руководитель объединения рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения.

 В объединении по футболу занимающиеся должны получать элементарные навыки судейства игр по футболу и навыки инструктора.

 Практические занятия по обучению судейству начинаются на 1 году обучения после того, как усвоены, правила игры. Учебным планом специальные часы на судейскую практику предусматриваются только во втором году обучения, когда наработан опыт введения игры, закреплены знания о судействе и о правилах игры. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований.

 Инструкторская практика проводится не только в отведённое учебным планом время, но и в процессе учебно-тренировочных занятий. Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия с группой.

 Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Руководителю объединения рекомендуется давать занимающимся задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

 Большинство практических занятия следует проводить на открытом воздухе. Зимой занятия на открытом воздухе проводятся в тихую погоду или при слабом ветре (1,5-2 м./с), при температуре не ниже -17° С.

 Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

 Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приёмов владения мячом на высокой скорости, улучшить манёвренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий рекомендуется широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований, использовать футбольные мячи.

 Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту, - его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

 Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идёт непрерывный процесс обучения технике футбола и совершенствования её.

Обучая кучащихся технике владения мячом, очень важно создать у них правильное зрительное представление изучаемого технического приёма. Показ и объяснение хорошо дополнить демонстрацией видеозаписей.

 Большое значение для успешного обучения техническим приёмам игры в футбол имеют мячи, соответствующие возрасту учащихся.

 Обучение технике игры в футбол является наиболее сложным и трудоёмким процессом, поэтому на него отводится программой большая часть времени. Важно довести до сознания каждого учащегося, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

 Для эффективности обучения техническим приёмам игры необходимо широко использовать учебное оборудование: отражающие стенки, стойки для обводки, переносные мишени, подвесные мячи, переносные ворота.

 Руководитель объединения должен следить за развитием у занимающихся физических качеств, а также за уровнем их технической подготовки. Для этого 3 раза в год проводятся испытания по следующим контрольным нормативам и выявляется уровень физической подготовленности занимающихся:

Организация занятий с юными футболистами, подбор средств и методов их обучения, определение степени нагрузки, проводиться с учетом возрастных особенностей детского организма.

Наиболее эффективно применяются игровые методы тренировок, помимо футбола активно проводятся подвижные игры по упрощенным правилам, неоднократно повторяются группы упражнений постоянно чередуя их местами, чаще обсуждается с занимающимися ход игр, ставятся перед ними конкретные и перспективные цели.

**Глоссарий футбольных терминов.**

Автогол — мяч, забитый футболистом в свои ворота.

Арбитр — футбольный судья.

Аренда — переход игрока из одного клуба в другой на оговорённое клубами время, по истечении которого он обычно возвращается обратно.

Аритмия — смена (иногда частая) темпа игры. Аритмия может быть следствием физической усталости игроков или преднамеренной частью игровой концепции.

Атака — продвижение к воротам противника.

Аут (от англ. out, выход) — выход мяча за боковую линию.

Аутсайд — фланговый, крайний нападающий, играющий на правом или левом фланге.

Аутсайдер — команда, находящаяся в конце турнирной таблицы.

Банка — скамейка запасных; гол.

Бек (от англ. back) — то же, что защитник.

Бетон — глухая оборона.

Бомбардир — игрок, забивающий много голов.

Вингер (от англ. wing, крыло) — крайний атакующий полузащитник.

Ворота (футбольные) — конструкция из двух штанг и перекладины на краю поля, куда игроки пытаются забить мяч. Размер — 7,32 метра на 2,44 метра.

Вратарь — игрок, защищающий ворота.

Второй этаж — игра головой.

Вынос — сильный удар с целью разрядить обстановку (см. отбой); лёгкая победа с крупным счётом (сленг).

Гекса-трик — шесть мячей, забитых игроком в одном матче (упоминается редко).

Гол (от англ. goal, цель) — взятие ворот соперника, для которого необходимо, чтобы мяч полностью пересёк линию ворот.

Гол в раздевалку — гол на последней минуте первого тайма.

Гол из раздевалки — гол на первой минуте второго тайма

Голкипер (от англ. Goalkeeper) — вратарь.

Дивизион — совокупность команд, составленная по спортивному принципу. Иногда при его формировании учитывают также и географическое положение участников. При проведении чемпионата команды дивизиона встречаются только между собой. Родственные понятия — лига, серия и т. п.

Дополнительное время — время, добавленное к матчу сверх основного и компенсированного, т. н. экстра-тайм. Назначается обычно с целью выяснения победителя в матче или по сумме двух матчей. Дополнительное время состоит из двух таймов по 15 минут каждый. Кроме того, к обоим таймам может добавляться компенсирующее время.

Дриблинг — движения игрока, владеющего мячом, с обводкой игрока(ов) соперника

Дубль — выигрыш какой-либо командой первенства и кубка страны в одном сезоне; два гола, забитых игроком в течение матча; резервная команда.

Дубль-вэ — тактическая схема расположения игроков на поле: 1+3+2+5.

Забегание — технический приём, при котором игрок без мяча пробегает мимо игрока с мячом и может получить от него короткий пас.

Зажаться — оборонительная стратегия, связанная с плотной игрой на своей половине поля, преимущественно возле своей штрафной, почти всей командой. При этом максимальное действие в атаке — контр-выпад одного — двух футболистов.

Защитник — игрок линии обороны.

Инсайд — немного оттянутый назад игрок линии атаки, расположенный между линией нападения и линией полузащиты. Играет роль связующего.

Капитан — лидер команды, носит повязку, которая отличает его от других игроков.

Каре — четыре гола, забитых игроком в течение матча.

Катеначчо (от итал. сatenaccio) — тактическая схема с акцентом на обороне и тактических фолах.

Кипер — вратарь.

Компенсированное время матча — устоявшийся термин для обозначения времени, добавленного судьёй к основному времени матча, с целью компенсации различных затяжек, вызванных травмами игроков, заменами и т. п.

Контратака — незамедлительный переход в атаку после отбитой атаки противника.

Корнер (от англ. corner) — угловой удар.

Крестовина — стык между штангой и перекладиной.

Кубок — турнир, либо целиком проводимый по олимпийской системе, либо решающие матчи которого проводятся по ней. Например, Лига чемпионов, Кубок УЕФА, Кубок обладателей кубков, Кубок мира, кубки отдельных стран, также символический главный приз, вручаемый победителю соревнования.

Круг — фаза группового турнира или чемпионата, на протяжении которой команда встречается со всеми своими соперниками единожды; линия (окружность), находящаяся в 9,15 метров от центральной точки футбольного поля.

Латераль (от итальянскогоlaterale — боковой) — крайний защитник, активно поддерживающий атаку либо вообще закрывающий всю бровку.

Лайнсмен — судья на линии, боковой судья, помощник судьи.

Легионер — игрок клуба, не имеющий гражданства страны, в национальном чемпионате которой он участвует.

Либеро — свободный защитник.

Лига — то же, что дивизион, серия и т. п.

Матч — состязание двух футбольных команд в течение отведённого футбольными правилами и судьёй времени. Матч состоит из двух таймов.

Межсезонье — промежуток времени между чемпионатами.

Мяч — спортивный снаряд для игры в футбол.

Набегание — технический приём, при котором игрок(и), не владеющий(ие) мячом, производит(ят) движение в предполагаемую зону получения навеса.

Навес — от навесная передача — пас по воздуху.

Накладка — один из терминов, обозначающий опасную игру.

Нападающий — игрок линии атаки.

Ничья — результат матча, при котором не выявлен победитель.

Ножницы — технический приём, при котором футболист бьёт по мячу, когда обе ноги скрещиваются в воздухе.

Нырок — способ имитации нарушения правил с целью «выпросить» штрафной удар; способ удара головой по низколетящему мячу в падении.

Оборона — ликвидация или недопущение опасности своих ворот командными силами

Оперативный простор — зона футбольного поля, свободная от футболистов, в которую в результате грамотных технико-тактических действий атакующей команды врывается игрок с мячом или доставляется мяч на «набегание» атакующего футболиста.

Основное время — номинальный промежуток времени, составляющий для тайма — 45 мин, а для матча — 90 мин. Тайм и матч всегда (за исключением чрезвычайных обстоятельств) длятся не менее указанных промежутков.

Офсайд — положение «вне игры».

Пас — передача мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды.

Пенальти (от англ. penalty) — 11-метровый штрафной удар.

Послематчевые пенальти — серия 11-метровых штрафных ударов, назначаемая в кубковых матчах для окончательного определения победителя.

Пента-трик — пять голов, забитых игроком в течение матча.

Передача — пас.

Перекладина — верхняя штанга ворот.

Перерыв — промежуток времени между таймами матча

Перехват — прерывание точного паса игроком противоположной команды.

Плеймейкер (от англ. playmaker) — распасовщик; игрок, через которого чаще всего идут атаки; игрок, делающий игру (как правило, атакующий полузащитник).

Подвал — нижняя часть турнирной таблицы.

Подкат — способ отбора мяча, при котором защищающийся игрок в падении, скользя по траве (подкатываясь), выбивает мяч у нападающего.

Поучер — нападающий, играющий на грани оффсайда. Цель — получив мяч на ход, ворваться за счет ускорения в свободную зону между защитниками и пробить по воротам.

Покер — четыре мяча, забитых игроком в течение матча.

Поле — место, где проходит игра. От 100 до 110 м в длину, от 64 до 75 метров в ширину.

Полузащитник — игрок средней линии.

Предупреждение — устное замечание судьи игроку, нарушившему правила; жёлтая карточка.

Прессинг — тактика коллективного отбора мяча, создания препятствий для начала атаки.

Пыр (удар пыром) — удар с носка.

Рефери — футбольный судья (главный судья, судья в поле).

Свипер — свободный защитник.

Свободный удар — непрямой штрафной удар. Гол после исполнения данного штрафного удара засчитывается только в том случае, если хоть один из игроков любой команды коснулся мяча во время его пути до ворот. Если мяч влетел в ворота, а судья не зафиксировал данного касания, назначается угловой удар.

Сезон — период времени в который входят все матчи входящие в национальный чемпионат, международные матчи, кубок страны. Сезон обычно делится на две части (круг).

Серия — то же, что дивизион, лига и т. п.

Скрещивание — технический приём, когда игрок с мячом бежит навстречу партнеру и в момент сближения оставляет ему мяч или делает вид, что отдаёт пас, а сам продолжает движение с мячом

Стадион — спортивное сооружение, место проведения матча.

Стадия — фаза турнира или чемпионата.

Стандарт — одно из стандартных положений в игре — угловой, штрафной или свободный удар.

Створ ворот — внутренняя площадь ворот (не включающая перекладины и штанги).

Стенка — защитное построение игроков, для уменьшения площади обстрела ворот; технический приём, когда один игрок отдаёт пас другому и получает от него мяч в другой точке.

Стоппер — опорный защитник.

Страйкер (от англ. strike, бить или от англ. striker, молотобоец) — ярковыраженный нападающий, центральный форвард.

Сейв - неожиданно отбитый вратарем мяч.

Тайм — одна из двух частей футбольного матча. Тайм состоит из 45 минут, определённых футбольными правилами, плюс компенсированное время, добавленное судьёй.

Точка — отметка вштрафной для пробития 11-метрового штрафного удара. Указать на точку, значит назначить пенальти.

Трансферное окно — период времени, когда возможны переходы игроков из одного клуба в другой.

Трансфер — переход игрока за деньги из одного клуба в другой.

Удаление — исключение из участников матча за две жёлтые карточки в одном матче за особо грубое нарушение без предварительно показанных жёлтых карточек. При удалении участнику матча показывается красная карточка и он обязан покинуть поле. Судья имеет право удалять не только полевых, но и запасных игроков, а также тренеров команд.

Удар щёчкой — удар, выполняемый внутренней стороной стопы. В основном исполняется на технику.

Фаворит — команда, у которой больше шансов на победу.

Финт — обманное движение, обманный прием, исполненный футболистом.

Форвард (от англ. forward) — нападающий.

Фол (от англ. foul) — нарушение правил.

Хет-трик — три мяча, забитые одним футболистом в одном матче.

Хавбек (от англ. Half-back) — полузащитник.

Чемпионат — соревнование, проводимое с использованием круговой системы. Характерным признаком чемпионата можно считать наличие не менее одной игры с каждой командой своего дивизиона. Как правило, чемпионат состоит из нескольких кругов.

Чердак — верхняя часть турнирной таблицы.

Шведка — внешняя сторона стопы.

Штанга — боковая стойка ворот.

Штрафная площадь — площадь перед воротами, в пределах которой вратарю позволено играть руками. Любое нарушение правил игроками в штрафной площади своих ворот карается назначением пенальти.

Щёчка — внутренняя сторона стопы.

**Основными методами обучения юных футболистов являются:**

**1. Наглядный метод обучения,** включающий в себя:

Показ, исполнение педагогом и (или) лучшими обучаемыми определенных приемов и упражнений. Показ видеоматериалов.

**2. Словесный метод обучения:** беседы, встречи со специалистами футбола и видными спортсменами, ветеранами спорта, чтение книг, анализ событий, происходящих в современном футболе.

**3.** **Практические методы обучения:** тренировки, товарищеские и учебные игры.

В ходе реализации данной образовательной программы также активно используются **методы**, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

**Объяснительно-иллюстративные методы обучения:** дети воспринимают и усваивают готовую информацию, которую до них доводит тренер.

**Репродуктивные методы обучения:** дети на тренировках самостоятельно воспро

**Частично-поисковые методы обучения:** дети коллективно, в составе футбольной команды, разрабатывают новые тактические схемы игры, предлагают расстановку игроков на футбольном поле, самостоятельно определяют или изменяют игровые функции отдельных членов команды.

 Основная форма организации деятельности детей на занятии является групповая форма занятий, однако, как исключение, может применяться и индивидуальная форма занятий, например, для отработки плохо выполнимого технического элемента, уяснения некоторых теоретических моментов игры, правил футбола.

При этом воспитательная работа проводиться в тесном контакте с родителями и учителями и во внеурочное время в форме бесед и встреч с детьми и родителями, коллективных просмотров футбольных матчей, совместных поездок за город и т.п. В воспитательной работе уделяется индивидуальное внимание к трудным подросткам: доброжелательность, терпение, и выдержка педагога и единый комплекс требований, предъявляемых к занимающимся со стороны тренера, семьи и школы.

По окончании данной образовательной программы обучаемые могут перейти к учебно-тренировочным программам обучения футболу. Наиболее перспективные воспитанники, по согласованию с их родителями, передаются в ДЮСШ и СДЮШОР по футболу с целью совершенствования спортивного мастерства.

 В составе команды мальчиков могут заниматься несколько одаренных девочек, при наличии 5-8 и более перспективных девочек, желающих заниматься футболом, следует проводить с ними отдельные тренировки, создав специальную группу по отдельной образовательной программе.

**Структура занятия**

**Занятие состоит из следующих частей:**

1. Разминка 15-20 мин.

2. Основная учебная часть 15-45 мин.

3. Игровая часть 30-90 мин.

4. Восстановление 5-10 мин.

5. Разбор занятия и подведение итогов 5-10 мин.

Программа строится с учетом основных **методических принципов:**

* **гуманизация учебно-воспитательного процесса** (создание условий для максимального раскрытия возможностей и способностей ребенка).
* **дифференциация и индивидуализация обучения** (учет психических и физических возможностей и способностей каждого ребенка).
* **наглядности и доступности** (комплексно использовать все методы обучения с учетом индивидуальных особенностей ребенка).
* **сознательности и активности** (понимание воспитанником того, что данные умения и знания пригодятся ему в жизни; проявление желания овладеть этими знаниями).

А также с **принципами здоровьесберегающей педагогики:**

* **принцип «Не навреди»** – одинаково актуальный как для медиков, так и для педагогов; представляет собой постепенное наращивание оздоровительных воздействий;
* **принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся и педагогов** (то есть все происходящее в образовательном учреждении – от разработки планов программ до проверки их выполнения, включая проведение занятий, перемен, организацию внеурочной деятельности учащихся, подготовку педагогических кадров, работу с родителями и др. оценивается с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье учащихся и педагогов. Проводится мониторинг здоровья учащихся физического, психологического, духовно-нравственного);
* **принцип триединого представления о здоровье** (единство физического, психического и духовно-нравственного здоровья);
* **принцип непрерывности и преемственности** (здоровьесберегающая работа проводится непрерывно с обязательным учетом того, что уже было сделано ранее в рамках организационных мероприятий и непосредственно в учебно-воспитательной работе);
* **принцип субъект-субъектного взаимоотношения с учащимися** (вопросы здоровья включены в содержание учебной программы, обеспечен здоровьесберегающий характер (результат) проведения процесса обучения). У учащихся воспитывается ответственность за свое здоровье. К каждому учащемуся осуществляется индивидуальный подход;
* **принцип соответствия сознания и организация обучения возрастным особенностям учащихся.** Соответствие объема учебной нагрузки и уровня сложности изучаемого материала индивидуальным возможностям учащихся;
* **принцип сочетания охранительной и тренирующей стратегии.** Таким образом для учащихся создан такой уровень учебной нагрузки, который (при учете индивидуальных особенностей и возможностей каждого учащегося) соответствует тренирующему режиму, таким образом является охранительным (щадящим), ниже утомляющего. Для каждого ученика составлен оптимальный уровень нагрузки и системное чередование нагрузок и отдыха;
* **принцип формирования ответственности учащихся за свое здоровье.** У ребенка формируется чувство ответственности за свое здоровье.

**2.6. Календарный учебный график 1-2-3 годов обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц  | Дата | Тема занятия  | Кол-вочасов | Форма проведения | Форма контроля |
| сентябрьоктябрь |  | *Теория.* Цель и задачи учебного года. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.Правила организации рабочего места. Форма одежды.*Практика*. Проведение входного контроля  | 1 | Собеседование  |  |
|  | *Теория.* Влияние здорового образа жизни на здоровье человека*Практика.* Подвижные игры | 1 | Игры  |  |
|  | *Теория* Классификация и терминалогия технических приёмов игры в футбол*Практика* ОФП | 1 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Влияние физических упражнений на развитие организма*Практика* ОФП.Индивидуальные действия с мячом и без мяча | 1 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория.* Основные правила игры в футбол*Практика*. Выполнение специальных упражнений с мячом и без мяча | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча. *Практика* Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика* Удар мяча срединой лба, остановка мяча подошвой | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика* Передача мяча в движении. Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы | 2 |  Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*. Формирование культуры командного поведения*Практика*. Подвижные и спортивные игры | 2 | Групповая работа |  |
|  | *Теория*  Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика* Отработка коротких передач внутренней и внешней стороной стопы. | 2 | Контрольные испытания |  |
|  | *Теория* Гигиенические знания и навыки. Закаливание*Практика* СФП. | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* ОФП СПФ*Практика* Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Отработка коротких передач | 1 | Работа в парах |  |
|  | *Теория.* ОФП. СПФ*Практика.* Индивидуальные действия Отработка коротких передач | 2 | Работа в парах |  |
|  |  *Теория* ОФП. СПФ*Практика* Индивидуальные действия Отработка мяча и точность передачи | 3 | Индивидуальработа |  |
|  | *Теория*. ОФП. СФП*Практика* Индивидуальные действия с мячом и без. Мяча и точность передачи. Отбор мяча, обманные движения | 3 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* ОФП. СФП*Практика* Индивидуальные действия. Отработка коротких передач спиной вперёд. Обманные движения на скорости | 3 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*. ОФП. СФП *Практика* Тренировка в тренажёрном зале | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* ОФП. СФП *Практика:* Индивидуальные и групповые тренировки на развитие выносливости | 2 | Индивидуальная работа |  |
| ноябрь |  | *Теория* ОФП. СФП*Практика:* Развитие общефизичкских качеств | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* ОФП. СФП*Практика:* Развитие гибкости | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*: ОФП. СФП*Практика:* Развитие гибкости | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория:* ОФП. СФП*Практика:* Турнир по футболу среди любительских команд на приз Деда Мороза | 2 | Игры  |  |
|  | *Теория:* Теоретическое занятие. *Практика:* Индивидуальные и групповые действия. Игра вратаря | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория:* ОФП. СФП*Практика:* Занятия в тренажёрном зале | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  |  *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятия в тренажёрном зале | 3 | Индивидуальная работа |  |
| декабрьянварь |  | *Теория*: Контрольные испытания *Практика*: Учёт промежуточных показателей общефизической и специальной подготовленности учащихся | 6 | Контрольные испытания |  |
|  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* игра с командой СДЮШОР | 3 | Игра  |  |
|  | *Теория:* Анализ игры. Обсуждение. *Практика:* Подведение итогов | 2 | Беседа  |  |
|  |  *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* игра с командой СДЮШОР | 2 | Игра |  |
|  |  *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* игра с командой СДЮШОР | 2 | Игра |  |
|  | *Теория:* Анализ игр «Морозко». *Практика* Обсуждение. Подведение итогов | 2 | Беседа  |  |
|  | *Теория:* Судейство. Разборы споров*Практика:* Фрагменты игры | 2 | Беседа  |  |
|  | *Теория:* ОФП. СФП.*Практика:* Занятие в тренажерном зале. Развитие силы и выносливости | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятие в тренажёрном зале. Развитие силы и выносливости, гибкости | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятие в тренажёрном зале. Развитие силы и выносливости, гибкости | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
| февраль |  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Подвижные спортивные игры | 2 | Выездные спортивные сревнования |  |
|  | *Теория:* Подведение итогов турнира «Морозко»*Практика:* Анализ игр победителей | 2 | Беседа.Круглый стол |  |
|  | *Теория:* Совершенствование игровых и стандартных ситуаций*Практика:* Тренировка | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Совершенствование игровых и стандартных ситуаций*Практика:* Групповые и индивидуальные действия | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
| март |  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Подвижные и спортивные игры | 2 | Спортивные соревнования |  |
|  | *Теория:* Индивидуальные и групповые действия*Практика:* Тактика защиты. «Закрывние», перехват и отбор мяча | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты.*Практика:* Отработка правильного выбора позиции и страховки при организации обороны | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты.*Практика:* Создание численного превосходства в обороне | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты.*Практика:* Индивидуальные и групповые действия | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
| апрель |  | *Теория:*  Тактика защиты *Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие волевых качеств*Практика:* Участие в турнире среди любительских команд «Весенний марафон» май | 4 | Выездные спортивные соревнования |  |
|  | *Теория:* Совершенствование техники и тактики игры в футбол*Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты*Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
| май |  | *Теория:* Тактика защиты*Практика:* Перестроение от обороны к атаке | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты*Практика:* Отбор мяча. Вбрасывание мяча из – за боковой линии | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Контрольные испытания*Практика:* Общефизическая и специальная подготовка учащихся | 14 | Выездные спортивные сревнования |  |

**2.7. Календарный учебный график 4-5-6 годов обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц  | Дата | Тема занятия  | Кол-вочасов | Форма проведения | Форма контроля |
| сентябрь |  | *Теория.* Цель и задачи учебного года. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.Правила организации рабочего места. Форма одежды.*Практика*. Проведение входного контроля  | 1 | Собеседование  |  |
|  | *Теория.* Влияние здорового образа жизни на здоровье человека*Практика.* Подвижные игры | 1 | Игры  |  |
|  | *Теория* Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол*Практика*: Судейская практика | 1 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Влияние физических упражнений на развитие организма*Практика:* ТП | 1 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория.* Основные правила игры в футбол*Практика*. Выполнение специальных упражнений с мячом. ТП | 2 | Индивидуальная работа | 6 |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча. *Практика* Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП. | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика* Удар мяча срединой лба, остановка мяча подошвой. ОФП | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика* Передача мяча в движении. Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы. ОФП. | 4 |  Индивидуальная работа |  |
| октябрь |  | *Теория*. Формирование культуры командного поведения. ОФП.*Практика*. Подвижные и спортивные игры. . | 4 | Групповая работа |  |
|  | *Теория*  ОФП*Практика*: Индивидуальные действия с мячом и без мяча. | 2 | Контрольные испытания | 18 |
|  | *Теория:* СФП.*Практика* Подвижные игры | 10 | Индивидуальная работа | 52 |
|  | *Теория:* СПФ*Практика* Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Отработка коротких передач | 2 | Работа в парах |  |
|  | *Теория.* СПФ*Практика.* Индивидуальные действия Отработка коротких передач | 5 | Работа в парах |  |
| ноябрь |  |  *Теория* СПФ*Практика* Индивидуальные действия Отработка мяча и точность передачи | 5 | Индивидуальработа |  |
|  | *Теория:* СФП*Практика* Индивидуальные действия с мячом и без.  | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* СФП*Практика* Индивидуальные действия. Технические элементы | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*. СФП *Практика* Тренировка в тренажёрном зале | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальная работа *Практика:* Техническая подготовка | 10 | Индивидуальная работа | 58 |
|  | *Теория* Техника игры*Практика:* Техническая подготовка | 10 | Индивидуальная работа |  |
| декабрь |  | *Теория* Техника игры*Практика:* Техническая подготовка | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*: Ведение и удержание мяча*Практика:* Техническая подготовка | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория:* Турнир по футболу среди любительских команд на приз Деда Мороза*Практика:* Техническая подготовка | 10 | Игры  |  |
| январь |  | *Теория:* Теоретическое занятие. *Практика:* Индивидуальные и групповые действия. Игра вратаря. Техническая подготовка | 5 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория:* Техника игры*Практика:* Занятия в тренажёрном зале. Техническая подготовка | 3 | Индивидуальная работа |  |
|  |  *Теория:* Развитие навыков*Практика:* Занятия в тренажёрном зале. Тактическая подготовка | 4 | Индивидуальная работа | 44 |
|  | *Теория*: Контрольные испытания *Практика*: Тактическая подготовка | 4 | Контрольные испытания |  |
|  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Тактическая подготовка | 4 | Игра  |  |
|  |  | *Теория:* Анализ игры. Обсуждение. *Практика:* Тактическая подготовка | 4 | Беседа  |  |
| Февраль |  |  *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Тактическая подготовка | 4 | Игра |  |
|  |  *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Тактическая подготовка | 4 | Игра |  |
|  | *Теория:* Игра в парах*Практика* Обсуждение. Подведение итогов | 4 | Беседа  |  |
|  | *Теория:* Судейство. Разборы споров*Практика:* Фрагменты игры. Тактическая подготовка | 4 | Беседа  |  |
|  | *Теория:* Схемы комбинаций*Практика:* Занятие в тренажерном зале. Развитие силы и выносливости. Тактическая подготовка | 4 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятие в тренажёрном зале. Развитие силы и выносливости, гибкости. Тактическая подготовка | 3 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятие в тренажёрном зале. Развитие силы и выносливости, гибкости. Тактическая подготовка | 3 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Тактическая подготовка | 1 | Выездные спортивные сревнования |  |
| март |  | *Теория:* Подведение итогов турнира «Морозко»*Практика:* Анализ игр победителей. Тактическая подготовка | 1 | Беседа.Круглый стол |  |
|  | *Теория:* Совершенствование игровых и стандартных ситуаций*Практика:* Тренировка. Учебные игры | 5 | Учебно – тренировочное занятие | 32 |
|  | *Теория:* Совершенствование игровых и стандартных ситуаций*Практика:* Групповые и индивидуальные действия. Учебные игры | 5 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Подвижные и спортивные игры | 2 | Спортивные соревнования |  |
|  | *Теория:* Индивидуальные и групповые действия*Практика:* Тактика защиты. «Закрывние», перехват и отбор мяча. Учебные игры | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты.*Практика:* Отработка правильного выбора позиции и страховки при организации обороны. Учебные игры | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты.*Практика:* Создание численного превосходства в обороне Учебные игры. Учебные игры | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
| апрель |  | *Теория:* Тактика защиты.*Практика:* Индивидуальные и групповые действия. Учебные игры | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:*  Тактика защиты *Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения. Учебные игры | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие волевых качеств*Практика:* Участие в турнире среди любительских команд «Весенний марафон» май | 2 | Выездные спортивные соревнования |  |
|  | *Теория:* Совершенствование техники и тактики игры в футбол*Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения. Учебные игры. | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты*Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения. Учебные игры. | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
| май |  | *Теория:* Тактика защиты*Практика:* Перестроение от обороны к атаке. Учебные игры | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Тактика защиты*Практика:* Отбор мяча. Вбрасывание мяча из – за боковой линии. Учебные игры | 2 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Контрольные испытания*Практика:* Общефизическая и специальная подготовка учащихся | 6 | Выездные спортивные сревнования |  |

**2.8. Календарный учебный график 7 года обучения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Месяц  | Дата | Тема занятия  | Кол-вочасов | Форма проведения | Форма контроля |
| сентябрь |  | *Теория.* Цель и задачи учебного года. Инструктаж по охране труда и технике безопасности.Правила организации рабочего места. Форма одежды.*Практика*. Проведение входного контроля  | 1 | Собеседование  |  |
|  | *Теория.* Влияние здорового образа жизни на здоровье человека*Практика.* Подвижные игры | 2 | Игры  |  |
|  | *Теория* Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол*Практика:* Игра | 1 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Влияние физических упражнений на развитие организма*Практика* Судейская практика | 2 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория.* Основные правила игры в футбол*Практика*. ОФП Выполнение специальных упражнений с мячом и без мяча | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча. *Практика* ОФП Подвижные игры | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика* ОФП. Эстафеты | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика* ОФП Нагрузка в сочетании с упражнениями | 6 |  Индивидуальная работа |  |
| октябрь |  | *Теория*. Формирование культуры командного поведения*Практика*. СФП. Подвижные и спортивные игры | 10 | Групповая работа |  |
|  | *Теория*  Индивидуальные действия с мячом и без мяча.*Практика:*  СФП. Отработка коротких передач внутренней и внешней стороной стопы. | 4 | Контрольные испытания |  |
|  | *Теория* Гигиенические знания и навыки. Закаливание*Практика* СФП. | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*: СФП*Практика* Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Отработка коротких передач | 4 | Работа в парах |  |
|  | *Теория.* СФП*Практика.* Индивидуальные действия Отработка коротких передач | 4 | Работа в парах |  |
| ноябрь |  |  *Теория:* СФП*Практика* Индивидуальные действия Отработка мяча и точность передачи | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*. СФП*Практика* Индивидуальные действия с мячом и без. Мяча и точность передачи. Отбор мяча, обманные движения | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория :* СФП*Практика* Индивидуальные действия. Отработка коротких передач спиной вперёд. Обманные движения на скорости | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*. СФП *Практика* Тренировка в тренажёрном зале | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* СФП *Практика:* Индивидуальные и групповые тренировки на развитие выносливости | 4 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория* СФП*Практика:* Развитие общефизических качеств | 4 | Индивидуальная работа |  |
| декабрь |  | *Теория*. СФП*Практика:* Развитие гибкости | 5 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*: СФП*Практика:* Развитие гибкости | 5 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория:* СФП*Практика:* Турнир по футболу среди любительских команд на приз Деда Мороза | 2 | Игры  |  |
| январь |  | *Теория:* Теоретическое занятие. *Практика:* Индивидуальные и групповые действия. Игра вратаря | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория:* Техническая подготовка*Практика:* Занятия в тренажёрном зале | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  |  *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятия в тренажёрном зале | 10 | Индивидуальная работа |  |
|  | *Теория*: Контрольные испытания *Практика*: Учёт промежуточных показателей общефизической и специальной подготовленности учащихся | 3 | Контрольные испытания |  |
|  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* игра с командой СДЮШОР | 5 | Игра  |  |
|  |  | *Теория:* Анализ игры. Обсуждение. *Практика:* Техническая подготовка. Подведение итогов | 10 | Беседа  |  |
| Февраль |  |  *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Индивидуальная работа | 10 | Игра |  |
|  |  *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Техническая подготовка. | 5 | Игра |  |
|  | *Теория:* Анализ игр «Морозко». *Практика* Обсуждение. Подведение итогов | 5 | Беседа  |  |
|  | *Теория:* Судейство. Разборы споров*Практика:* Фрагменты игры. Тактическая подготовка. | 3 | Беседа  |  |
|  | *Теория:* Тактическая подготовка.*Практика:* Занятие в тренажерном зале. Развитие силы и выносливости | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятие в тренажёрном зале. Развитие силы и выносливости, гибкости | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Развитие общефизических качеств*Практика:* Занятие в тренажёрном зале. Развитие силы и выносливости, гибкости | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Подвижные спортивные игры | 10 | Выездные спортивные сревнования |  |
| март |  | *Теория:* Подведение итогов турнира «Морозко»*Практика:* Анализ игр победителей | 3 | Беседа.Круглый стол |  |
|  | *Теория:* Совершенствование игровых и стандартных ситуаций*Практика:* Тактическая тренировка | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Совершенствование игровых и стандартных ситуаций*Практика:* Групповые и индивидуальные действия | 3 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Формирование культуры командного поведения*Практика:* Подвижные и спортивные игры | 10 | Спортивные соревнования |  |
|  | *Теория:* Индивидуальные и групповые действия*Практика:* Учебные игры | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Двусторонние тренировочные игры*Практика:* Отработка правильного выбора позиции и страховки при организации обороны | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Товарищеские игры*Практика:* Создание численного превосходства в обороне | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
| апрель |  | *Теория:* Ограниченное количество замен*Практика:* Индивидуальные и групповые действия | 10 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:*  Контрольные игры*Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения | 5 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Игры*Практика:* Участие в турнире среди любительских команд «Весенний марафон» май | 5 | Выездные спортивные соревнования |  |
|  | *Теория:* Игры*Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения | 5 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Игры*Практика:* Организация обороны против быстрого и постепенного нападения | 5 | Учебно – тренировочное занятие |  |
|  | *Теория:* Контрольные испытания*Практика:* Общефизическая и специальная подготовка учащихся | 6 | Выездные спортивные соревнования |  |

**План воспитательной работы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Мероприятия** | **Сроки**  |
| 1 | Родительское собрание | сентябрь |
| 2 | Индивидуальные беседы с родителями | сентябрь |
| 3 | Знакомство родителей и учащихся 1 года обучения с объединением «Юный футболист» | сентябрь |
| 4 | Беседа с обучающимися «Правила поведения в «ЦВР «Юность» | сентябрь |
| 5 | Инструктаж по технике безопасности | сентябрь |
| 6 | Беседа о государственных символах | сентябрь |
| 7 | Беседа «Правила поведения при угрозе террористического акта» | октябрь |
| 8 | Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости) | октябрь |
| 9 | Техника безопасности при игре в футбол на стадионе | октябрь |
| 10 | Беседа о государственном празднике – Дне единства | ноябрь |
| 11 | Встречи с родителями (по необходимости) | ноябрь |
| 12 | Техника безопасности в лагере при ЦВР | ноябрь |
| 13 | Беседа «Правила техники безопасности при проведении Новогодних мероприятий» | декабрь |
| 14 | Правила противопожарной техники безопасности | декабрь |
| 15 | Проведение родительского собрания (Клуб выходного дня) | декабрь |
| 16 | Техника безопасности в каникулярное время | январь |
| 17 | Индивидуальные беседы с родителями | январь |
| 18 | Участие в Акции «Посылка солдату» | февраль |
| 19 | Соревнования посвящённые Дню Защитника Отечества | февраль |
| 20 | Участие в городской благотворительной акции в рамках Всемирного дня борьбы с туберкулёзом «Белая ромашка» | март |
| 21 | Участие в мероприятиях «Весенняя неделя Добра» | апрель |
| 22 | Мониторинг удовлетворённости родителей работой объединения «Юный футболист» | апрель |
| 23 | Участие в Акции «Письма ветеранам» посвящённое Победе в ВОВ | май |
| 24 | Внеклассное мероприятие посвящённое Дню Победы | май |

**Список источников для педагога**

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 1986. – 144 с., ил.
2. Апухтин Б.Т. Обманные приемы в футболе. ФиС . 1969.
3. Аркадьев Б.А. Тактика футбольной игры. ФиС. 1962.
4. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов, «Спорт в школе» №№12,13,14,15.2001.
5. Все о футболе /страны, клубы, турниры, футболисты, тренеры, судьи/. Фи С.1972.
6. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. ФиС . 1976.
7. Единая всероссийская спортивная классификация
8. Калинин А.П.Игра защитников. ФиС . 1967.
9. Конов И.И. Игра нападающих. ФИС . 1967.
10. Латышев Н.Г.Судейство соревнований по футболу. ФиС. 1966.
11. Лясковский К.П. Техникаударов .ФиС . 1973.
12. Парамонов А.А. Игра полузащитников. ФиС. 1967.
13. Подготовка молодого футболиста, под редакцией Яноша Палфан. ФиС 1973
14. Правила игры в футбол. ФиС . 1973.
15. Приндлер М. идр. Техническая и тактическая подготовка футболистов. Фи С. 1976
16. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. ФиС .1971.
17. Сборник «Все обо всем» Футбол. Москва . ACT 2000.
18. Сто лет российскому футболу. РФС . Москва. 1997.
19. СушковМ.П. Футбол. 6-еизд. ФиС 1966.
20. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ. М., 1981.
21. Фокин Е.В. Игра вратаря. ФиС . 1967.
22. Футбол. Учебное пособие для тренеров. 2-е изд. ФиС . 1969
23. Футбольная энциклопедия. Москва. ACT. 2001.
24. Хаддерготт К.Х. Новая футбольная школа. ФиС .1976.
25. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. М., 1982.
26. Чанади А. Футбол. Стратегия. М., 1981.
27. Чанади А. Футбол. Техника. М., 1978.
28. Штуденер X. Вольф В. Тренировка футболистов. Ф. иС. 1970.
29. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров / Под общей редакцией А. П. Лаптеева, А. А. Сучилина. М. 1983.

**Список источников для учащихся**

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт». 1978 г. 111 с. с ил.

2. Сучилин А. А. Футбол во дворе. М.Физкультура и спорт», 1978 г.

3. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт. 1982, 2-ое исправленное и дополненное издание, - 207 с., ил. – (Азбука спорта).

**Приложение 1.**

**Протокол аттестации учащихся**

**Входная диагностика**

**название детского объединения**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Ф.И. ребенка** | **Физическая подготовка** | **Техническая подготовка** |
| Бег 30 м/с | Бег 300м/с | Прыжок в длину с места(см) | Прыжок вверхс места (см) | Вбрасывание мяча (м) | Удар надальность (пр.и лев.сумма) | Жонглирование (количество раз) |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **минимальный уровень** | **средний уровень** | **максимальный уровень** |
| **количество** | **%** | **количество** | **%** | **количество** | **%** |
|  |  |  |  |  |  |