

Департамент образования администрации города Липецка
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 60 г.Липецка

ул. Осканова, д.4, тел. 72-73-63, sc60lipetsk@mail.ru

Рассмотрено
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2019



Утверждаю
Директор МАОУ СШ № 60 г.Липецка
Борискина С.А.
Приказ № 278 от 30.08.2019

**Дополнительная
общеразвивающая программа
физкультурно – спортивной направленности,
рассчитанная на обучающихся в возрасте от 6 до 16 лет
«Футбол!«»
Срок реализации: 1 год**



Составитель: учитель физической культуры
Гуляев Э. А.

Содержание

1.Пояснительная записка	3
2.Цели и задачи программы	3-4
3.Планируемые результаты освоения программы.	4-5
4.Учебный план. Формы промежуточной аттестации	5-6
5.Календарный учебный график	6-8
6. .Содержание программы	8-11
7. Оценочные и методические материалы	11-13
8.Организационно-педагогические условия	13-14
9. Система оценки	14-15
10.Рабочая программа курса «Футбол»	16-33

1. Пояснительная записка

Направленность Программы

Данная дополнительная общеразвивающая программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа физического воспитания учащихся образовательной школы по футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок. Данная программа рассчитана на 1 год обучения и подходит для разных возрастных групп.

2. Цели и задачи Программы

Цель программы- формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;

- - освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- - обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- - овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- - освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- - овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- - освоение техники ведения мяча;
- - освоение техники ударов по воротам;
- - закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- - освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Программа рассчитана на 1 год обучения для детей 6-15 лет.

Форма занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу.

3. Планируемые результаты освоения Программы.

Успехи реализации программы возможны:

- если будет реализована теоретическая и практическая часть программы на 100%
- если учитываются возрастные и личностные особенности обучающихся,, мотивация их деятельности,
- если используется разнообразный методический материал по программе учебного курса,
- если есть необходимые технические средства и информационные ресурсы, отвечающие требованиям занятий различными видами спорта.

Ожидаемые результаты

- увеличение количества учащихся, занимающихся физической культурой и спортом;
- снижение уровня заболеваемости учащихся школы.
- повышение качества знаний учащихся в рамках физкультурно-спортивной направленности;

- повышение уровня культуры здоровья учащихся;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Планируемые результаты в рамках рабочей программы « Футбол»

Уровень реализации программы: общее начальное образование.

Возраст: 6-15 лет.

Срок реализации: 2019 -2020 учебный год.

Форма занятий: объединение дополнительного образования

Ожидаемые результаты:

- ознакомление детей с основными техническими приёмами;
- формирование у детей стойкого интереса к футболу.
- знание правил игры в футбол;
- укрепление здоровья учащихся, содействие их правильному физическому развитию и повышение работоспособности;
- развитие основных физических качеств;
- освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой.

Формы подведения итогов реализации программы:

- соревнования;
- спортивные конкурсы;
- спортивные массовые мероприятия любого уровня.

4. Учебный план Программы

Учебный план - нормативный правовой акт, устанавливающий перечень учебных курсов и объем учебного времени, отводимого на их изучение при реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Учебный план адаптирован к условиям школы и предусматривает развитие тех качеств, творческих способностей и свойств личности, которые обеспечивают успешность адаптации в обществе.

При организации занятий устанавливается учебная нагрузка в соответствии с нормами СанПин и возрастными особенностями детей. Длительность занятий в группах – 40 минут. Перерывы между занятиями не менее 10 минут. Способ организации обучения – преимущественно фронтальный с учетом индивидуальных особенностей, возможностей и интересов учащихся.

Наименование объединения дополнительного образования	Кол-во часов за курс обучения	Форма годовой промежуточной аттестации
« Футбол»	68 часов	Участие в спортивно-оздоровительных конкурсах, акциях, соревнованиях школьного, муниципального, регионального и федерального уровня; презентации итогов
Группа № 1	68 часов	
Группа № 2	68 часов	
Группа № 3	68 часов	
Группа № 4	68 часов	
Группа № 5	68 часов	

		работы в форме товарищеских матчей.
Итого:	340 часов всего (2 часа в неделю в каждой группе, всего 34 недели)	

5. Календарный учебный график занятий в объединении «Футбол»

Начало занятий 01.09. 2019 года, окончание 31.05.2020 года.

Учебный год – 34 недели.

Количество учебных занятий – 68 часов (2 часа в неделю).

Группа № 1

Календарный период	Количество учебных недель в указанный период	Количество учебных часов в указанный период
02.09.2019-08.10.2019	5 недель и 2 дня	11
09.10.2019 – 13.10.2019 – каникулы		
14.10.2019-19.11.2019	5 недель 1 один	10
20.11.2019- 24.12.2019 – каникулы		
25.11.2019-31.12.2019	5 недель и 2 дня	11
01.01.2020-08.01.2020 – каникулы		
09.01.2020-21.02.2020	6 недель и 2 дня	13
22.02.2020-01.03.2020– каникулы		
02.03.2020 – 15.04.2020	6 недель и 2 дня	13
16.04.2020 – 19.04.2020 – каникулы		
20.04.2020-31.05.2020	5 недель 1 день	10
Итого:	34	68 часов

Группа № 2

Календарный период	Количество учебных недель в указанный период	Количество учебных часов в указанный период
02.09.2019-08.10.2019	5 недель и 2 дня	11
09.10.2019 – 13.10.2019 – каникулы		
14.10.2019-19.11.2019	5 недель 1 один	10
20.11.2019- 24.12.2019 – каникулы		
25.11.2019-31.12.2019	5 недель и 2 дня	11
01.01.2020-08.01.2020 – каникулы		
09.01.2020-21.02.2020	6 недель и 2 дня	13
22.02.2020-01.03.2020– каникулы		
02.03.2020 – 15.04.2020	6 недель и 2 дня	13
16.04.2020 – 19.04.2020 – каникулы		
20.04.2020-31.05.2020	5 недель 1 день	10
Итого:	34	68 часов

Группа № 3

Календарный период	Количество учебных недель в указанный период	Количество учебных часов в указанный период
02.09.2019-08.10.2019	5 недель и 2 дня	11

09.10.2019 – 13.10.2019 – каникулы		
14.10.2019-19.11.2019	5 недель 1 один	10
20.11.2019- 24.12.2019 – каникулы		
25.11.2019-31.12.2019	5 недель и 2 дня	11
01.01.2020-08.01.2020 – каникулы		
09.01.2020-21.02.2020	6 недель и 2 дня	13
22.02.2020-01.03.2020– каникулы		
02.03.2020 – 15.04.2020	6 недель и 2 дня	13
16.04.2020 – 19.04.2020 – каникулы		
20.04.2020-31.05.2020	5 недель 1 день	10
Итого:	34	68 часов

Группа № 4

Календарный период	Количество учебных недель в указанный период	Количество учебных часов в указанный период
02.09.2019-08.10.2019	5 недель и 2 дня	11
09.10.2019 – 13.10.2019 – каникулы		
14.10.2019-19.11.2019	5 недель 1 один	10
20.11.2019- 24.12.2019 – каникулы		
25.11.2019-31.12.2019	5 недель и 2 дня	11
01.01.2020-08.01.2020 – каникулы		
09.01.2020-21.02.2020	6 недель и 2 дня	13
22.02.2020-01.03.2020– каникулы		
02.03.2020 – 15.04.2020	6 недель и 2 дня	13
16.04.2020 – 19.04.2020 – каникулы		
20.04.2020-31.05.2020	5 недель 1 день	10
Итого:	34	68 часов

Группа № 5

Календарный период	Количество учебных недель в указанный период	Количество учебных часов в указанный период
02.09.2019-08.10.2019	5 недель и 2 дня	11
09.10.2019 – 13.10.2019 – каникулы		
14.10.2019-19.11.2019	5 недель 1 один	10
20.11.2019- 24.12.2019 – каникулы		
25.11.2019-31.12.2019	5 недель и 2 дня	11
01.01.2020-08.01.2020 – каникулы		
09.01.2020-21.02.2020	6 недель и 2 дня	13
22.02.2020-01.03.2020– каникулы		
02.03.2020 – 15.04.2020	6 недель и 2 дня	13
16.04.2020 – 19.04.2020 – каникулы		
20.04.2020-31.05.2020	5 недель 1 день	10
Итого:	34	68 часов

Начало занятий 01. 09.2019 года, окончание 31.05.2019 года.
Учебный год – 34 недели.

Расписание занятий : 01.09.2019 - 31.05.2020

Вторник, Четверг

Группа № 1 10.00-10.40
Группа № 2 15.00-16.40
Группа № 3 16.00-16.40
Группа № 4 17.00-17.40
Группа № 5 19.00- 19.30

6. Содержание Программы

Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперед, сведение и разведение рук вперед, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперед и в стороны, тоже, в сочетании с движениями рук, круговые движения туловища с различными положениями рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращения ног в положение лежа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперед, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнение на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседание на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Прыжки в приседе с продвижением вперед, в стороны, назад.

Упражнение с резиновым мячом. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча. Броски одной двумя руками через голову. Подбрасывание мяча верхи ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывания набивного мяча друг другу ногами в положении сидя. Передача набивного мяча из одной руки в другую сзади туловища и между ног. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лежа на спине.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед с шага, с прыжка. Кувырок назад из седа. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Длинный кувырок вперед. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперед и назад в положение, лежа, прогнувшись. «Мост» из положения, лежа на спине. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Кувырок вперед из стойки на голове. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Упражнение в висах и упорах. Из виса хватом сверху подтягивание. Из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег 60 м на скорость. Бег по пересеченной местности (кросс) 1500м, 2000м, Бег медленный 20-25 мин. Бег повторный до 6*30м, 4*50м, 5*60м, 3*100м. Бег 300м, 400м, 500м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжки с разбега в высоту способом «перешагиванием». Прыжки с места в длину. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу рывки на 5-10, 10-15 м, из различных исходных положений стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада.. Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости, после быстрого бега резко замедлить бег или остановится, затем выполнить новый рывок в том же или в другом направлении. Ускорение на 15, 30, 60 м без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180 градусов. Бег боком и спиной вперед (наперегонки). Обводка стоек (на скорость). Рывок с мячом с последующим ударом по воротам.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч. Имитация ударов ногами по

воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры «Живая цель», «Салки с мячом», Эстафеты с элементами акробатик

Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом (вправо и влево).

Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановка во время бега: выпадам и прыжками (на обе ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом. На короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары носком, пяткой (назад). Удары на точность: в ноги партнеру, ворота, в цель, на ходу двигающему партнеру. Удары на дальность. Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары в единоборстве.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояния. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней и внешней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперед и назад, поворотом в сторону, опуская мяч в ноги для последующих действий. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей.

Ведение мяча. Ведение внешней и внутренней стороной стопы: левой и поочередно; по прямой, меняя направления, между соек и движущихся партнеров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом. Ведение серединой подъема и носком. Ведения мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения. Финты. Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону); во время ведения внезапная отдача мяча назад, откатывая его подошвой партнеру находящемуся сзади. Показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад, – неожиданным рывком вперед уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника «скрещивание». Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, – выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Обор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага, параллельного расположению ступней ног. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнеру, на ходу партнеру Вбрасывание на точность и на дальность

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Бросок мяча одной рукой с боковым замахом и снизу. Выбивание мяча ногой с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнения заданий по сигналу, во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой, во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок на 5 м. Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3-4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнутся), 8-6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касания два мяча (надо следить одновременно, за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнеру).

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приёмы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействия двух или более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе). Уметь взаимодействовать с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах «стенка», «скрещивание». Комбинация «пропуск мяча». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять (закрывание). Выбор момента и способ действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Противодействие маневрированию, т.е.

осуществлять (закрывание) и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в (перехвате) мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил и причисленном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Командные действия. Уметь выполнять основные, обязательные действия в обороне на своём игровом месте согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, разыграть удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру. Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

Инструкторская и судейская практика. Инструкторская практика проводится не только в отведенное учебным планом время, но и в процессе учебных тренировочных занятий. Задача инструкторской практики - научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия.

Соревнования. Проводятся согласно календарного плана спортивных мероприятий. Выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.

7. Оценочные и методические материалы Программы.

Формой подведения итогов реализации Программы (промежуточной аттестации) является участие в спортивно-оздоровительных конкурсах, акциях, соревнованиях школьного, муниципального, регионального и федерального уровня; презентации итогов работы в форме товарищеских матчей. Оценка участия детей проводится в устной форме. Учитель поддерживает усилия детей качественно выполнять задания. отдельные спортивные элементы с помощью похвалы, вручения грамот за участия в конкурсах и соревнованиях, способствует становлению у них положительной самооценки.

Критерии оценки достижений воспитанников в ходе освоения дополнительной общеразвивающей программы:

Освоение программы

1.Качество самостоятельной работы:

0-очень низкий уровень

1-уровень ниже среднего

2-средний уровень

3-уровень выше среднего

4-высокий уровень

2.Устойчивость интереса к предмету:

0-не устойчивый

1-слабо устойчивый

2-средний

3-устойчивый

4-очень устойчивый

3. Точность и грамотность выполнения задания:

0-очень низкая

1-низкая

2-средняя

3-высокая

4-очень высокая

Творческая активность

1. Активность на занятии:

0-очень низкая

1-низкая

2-средняя

3-высокая

4-очень высокая

2. Творческий подход к выполнению заданий:

0-очень низкий

1-низкий

2-средний

3-высокий

4-очень высокий

3. Умение прогнозировать результаты своей деятельности:

0-нет

1-скорее нет

2-иногда

3-скорее да

4-да

Методические обеспечение дополнительно образовательной программы: « Футбол

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 - 20-минутных бесед. При проведении бесед рекомендуется использовать наглядные пособия, учебные фильмы, ИКТ.

Обучение техническим приемам рекомендуется начинать с выполнения их в наиболее простых условиях: удар по неподвижному мячу, ведение на малой скорости и т. д.

Обучение ударам и остановкам мяча рекомендуется проводить одновременно. При обучении школьников технике владения мячом, очень важно стремиться создать у них правильное зрительное представление о конкретном приеме.

Затем следует перейти к **обучению сочетаниям технических приемов**, которые наиболее часто встречаются в игре: остановка мяча — ведение — передача; остановка мяча с уходом в сторону — финт — ведение — передача и т. д. Наряду с этим усложняются и задачи, стоящие перед учащимися. Так, остановку мяча следует выполнять уже в движении — вперед, назад или в сторону, передачу мяча — низом или верхом, сильно или слабо и пр. Основное внимание при этом обращается на овладение, правильной двигательной структурой изучаемых приемов, а также на умение согласовывать свои действия с движением мяча.

Обучение тактике игры следует начинать со зрительной ориентировки. Надо научить учащихся постоянно наблюдать за расположением партнеров и соперников, оценивать обстановку и принимать решение до получения мяча или в момент его приема с тем, чтобы после овладения мячом начать действовать без задержки, в соответствии с принятым решением.

Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям проводится в группах по 2—3 человека при двустороннем взаимодействии защиты и нападения, когда одни выполняют атакующие действия (с мячом и без мяча), а другие — защитные действия. Обучение

индивидуальным действиям также включает в себя упражнения в выборе позиции для получения мяча, «держании» соперника, своевременной передаче мяча, перехвате передачи, применении ведения, финтов и ударов по воротам.

8. Организационно-педагогические условия реализации Программы

В основу программы легли определенные педагогические принципы:

- *принцип субъектности познающего сознания.* Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.
- *принцип дополнительности.* Монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности.
- *принцип открытости учебной и воспитательной информации.* Мир знаний "открывается" перед учащимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия.
- *принцип уважения к личности ребенка* в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности.
- *принцип сознательности и активности учащихся* предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков.
- *принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении* предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения.
- *принцип преемственности, последовательности и систематичности* заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития.
- *принцип доступности и пассивности* заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

Программа рассчитана для детей возраста 6-15 лет

Срок реализации программы: 1 год.

Форма обучения: очная.

Формы проведения занятий: занятия проводятся в спортивных залах школы и на спортивных уличных площадках.

Формы организации занятий: групповая, индивидуальные

Наполняемость – от 6 до 20 человек в группе.

Продолжительность одного занятия 40 минут, график утверждается в начале каждого текущего учебного года.

Комплексе учебных пособий, спортивный инвентарь:

Материальное оснащение:

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;
- мячи футбольные (12-15 шт);
- футбольные мини – ворота;
- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);
- мячи для метания ;
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;

- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;
- свисток.

Квалификационные требования к квалификации педагога, реализующем Программу

Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование

9. Система оценки реализации программы

Контрольные нормативы для полевых игроков и вратарей.

- ОФП:

№ п/п	Контрольные нормативы	Результаты			
		7 лет	8 лет	9 лет	10 лет
1.	Челночный бег 3x10 м или бег 30 метров с высокого старта (сек)	10,3 6,2	10,0 6,0	9,3 5,5	9 5
2.	Метание теннисного мяча в цель с 6 м из трех попыток (количество попаданий)	1	1	2	2
3.	Кросс без учета времени (м)	300	300	500	500
4.	Многоскоки (8 прыжков – шагов с ноги на ногу) (м)	8,5	10,5	12,5	15
5.	Лазание по канату с помощью ног (м)	1,0	1,5	2	2
6.	Полоса препятствий (количество баллов)	7	7	9	9
7.	Прыжок в длину с места (см)	130	140	145	150
8.	Подтягивание: на высокой перекладине из виса, кол-во раз	4	4	5	5

- по технической подготовке:

№ п/п	Контрольные нормативы	Результаты		
		7 лет	8 лет	9 лет
1.	Удар по мячу на дальность (м)	18	22	26
2.	Комплексное упражнение: ведение 10 м, обводка трех стоек, поставленных на 12- метровом отрезке, с последующим ударом (2,5 x 1,2 м) с расстояния 6 м – из трех попыток (сек).	15	12	9,5
3.	Бег на 30 м с ведением мяча (сек)	-	-	6,5
4.	Жонглирование мячом ногами (количество ударов)	-	4	8

Для полевых игроков:

1. Бег 30м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Учитель на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а на финише – время бега.
2. Бег 5x30 с ведением мяча выполняется так же, как и бег на 30 м с мячом. Все старты – с места. Время на возвращения на старт – 25 сек. В случае нарушения правил

прохождения отрезка футболист возвращается на старт (за счет 25 сек) и упражнение повторяется. Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по коридору шириной 10 м.

3. Для удара каждой ногой даются три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.
4. Вбрасывание мяча на дальность выполняется в соответствии с правилами игры в футбол по коридору шириной 2 м. Мяч, упавший за пределами коридора, не засчитывается. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

По технической подготовке:

1. Удары по воротам на точность выполняется по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м (подростки 10-11 лет – с расстояния 11 м).
2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10м от штрафной площади, а через каждые 2 м ставятся еще три стойки), и, не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не будет забит в ворота, упражнения не засчитывается. Даются три попытки, учитывается лучший результат.
3. Жонглирование мячом – выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

Для вратарей:

1. Доставка подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке – выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой. Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой вытянутой руки (кисть сжата в кулак). На каждую высоту дается три попытки. Учитывается лучший результат.
2. Удар по мячу ногой с рук на дальность (разбег не более четырех шагов) – выполняется с разбега, не выходя из пределов штрафной площади. По коридору шириной в 10 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается лучший результат.
3. Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов) выполняется по коридору шириной 3 м.

Литература:

1. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987
2. Закон РФ « Об образовании»
3. Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16
8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. : ФиС, 1980
9. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981

10. Рабочая программа к дополнительной общеразвивающей программе « Футбол »

Планируемые результаты в рамках рабочей программы « Футбол»

Уровень реализации программы: общее начальное образование.

Возраст: 6-15 лет.

Срок реализации: 2019 -2020 учебный год.

Форма занятий: объединение дополнительного образования

Ожидаемые результаты:

- ознакомление детей с основными техническими приёмами;
- формирование у детей стойкого интереса к футболу.
- знание правил игры в футбол;
- укрепление здоровья учащихся, содействие их правильному физическому развитию и повышение работоспособности;
- развитие основных физических качеств;
- освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой.

Формы подведения итогов реализации программы:

- соревнования;
- спортивные конкурсы;
- спортивные массовые мероприятия любого уровня.

Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Футбол»

Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперед, сведение и разведение рук вперёд, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперед и в стороны, тоже, в сочетании с движениями рук, круговые движения туловища с различными положениями рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращения ног в положение лежа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперед, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнение на формирование правильной осанки. Разноименные движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперед, назад, в стороны. Пружинистые приседание на одной ноге в положении выпада. Приседание на одной ноге (правой, левой). Прыжки в приседе с продвижением вперед, в стороны, назад.

Упражнение с резиновым мячом. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча. Броски одной двумя руками через голову. Подбрасывание мяча верхи ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывания набивного мяча друг другу ногами в положении сидя. Передача набивного мяча из одной руки в другую сзади туловища и между ног. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лежа на спине.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед с шага, с прыжка. Кувырок назад из седа. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Длинный кувырок вперед. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперед и назад в положение, лежа, прогнувшись. «Мост» из положения, лежа на спине. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Кувырок вперед из стойки на голове. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Упражнение в висах и упорах. Из вися хватом сверху подтягивание. Из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег 60 м на скорость. Бег по пересеченной местности (кросс) 1500м, 2000м, Бег медленный 20-25

мин. Бег повторный до 6*30м, 4*50м, 5*60м, 3*100м. Бег 300м, 400м, 500м. Прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжки с разбега в высоту способом «перешагиванием». Прыжки с места в длину. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу рывки на 5-10, 10-15 м, из различных исходных положений стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада.. Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости, после быстрого бега резко замедлить бег или остановится, затем выполнить новый рывок в том же или в другом направлении. Ускорение на 15, 30, 60 м без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180 градусов. Бег боком и спиной вперед (наперегонки). Обводка стоек (на скорость). Рывок с мячом с последующим ударом по воротам.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры «Живая цель», «Салки с мячом», Эстафеты с элементами акробатик

Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом (вправо и влево).

Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановка во время бега: выпадам и прыжками (на обе ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом. На короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары носком, пяткой (назад). Удары на точность: в ноги партнеру, ворота, в цель, на ходу двигающему партнеру. Удары на дальность. Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары в единоборстве.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояния. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней и внешней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперед и назад, поворотом в сторону, опуская мяч в ноги для последующих действий. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей.

Ведение мяча. Ведение внешней и внутренней стороной стопы: левой и поочередно; по прямой, меняя направления, между соек и движущихся партнеров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом. Ведение серединой подъема и носком. Ведения мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения. Финты. Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону); во время ведения внезапная отдача мяча назад, откатывая его подошвой партнеру находящемуся сзади. Показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя

передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад,

– неожиданным рывком вперед уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника «скрещивание». Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, – выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Обор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага, параллельного расположению ступней ног. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнеру, на ходу партнеру. Вбрасывание на точность и на дальность

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Бросок мяча одной рукой с боковым замахом и снизу. Выбивание мяча ногой с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнения заданий по сигналу, во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой, во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок на 5 м. Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3-4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнулись), 8-6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касания два мяча (надо следить одновременно, за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнеру).

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействия двух или более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах,

вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе). Уметь взаимодействовать с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах «стенка», «скрещивание». Комбинация «пропуск мяча». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять (закрывание). Выбор момента и способ действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Противодействие маневрированию, т.е. осуществлять (закрывание) и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в (перехвате) мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил и численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Командные действия. Уметь выполнять основные, обязательные действия в обороне на своём игровом месте согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, разыграть удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру. Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

Инструкторская и судейская практика. Инструкторская практика проводится не только в отведенное учебным планом время, но и в процессе учебных тренировочных занятий. Задача инструкторской практики - научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия.

Соревнования. Проводятся согласно календарного плана спортивных мероприятий.

Выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.

➤ **Календарно-тематическое планирование по ДОП «Футбол» (группа № 1)**

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1	03.09	Краткий1 обзор развития футбола в городе и в России	1

2	05.09	ОФП. Развитие силы.	1
3	10.09	Тренировочная игра.	1
4	12.09	Развитие выносливости.	1
5	17.09.	Обучение удара по мечу внутренней стороной ноги	1
6	19.09	Обучение удара по мечу внутренней стороной ноги	1
7	24.09.	Изучение правил игры	1
8	26.09.	Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад	1
9	01.10.	Перекаты вперед и назад , стойки на руках.	1
10	03.10.	Подтягивание из виса сверху.	1
11	08.10.	Подтягивание на гимнастической скамейке	1
12	15.10.	Бег с ускорением.	1
13	17.10.	Прыжки с разбега в длину.	1
14	22.10	Упражнения для развития стартовой скорости.	1
15	24.10.	Бег с пробыжками и с изменением направления.	1
16	29.10.	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног.	1
17	31.10.	Подвижные игры.	1
19	05.11.	Прыжки вверх и во время бега.	1
20	07.11.	Удары по мячу ногой	1
21	12.11.	Удары на дальность.	1
22	14.11.	Удары по мячу головой серединой лба без прыжка и с прыжком.	1
23	26.11.	Удары боковой частью лба.	1
24	28.11.	Остановка мяча.	1
25	03.12.	Ведение серединой подъема и носком.	1
26	05.12.	Обучение финтам.	1
27	10.12.	Выполнение обманных движений в единоборстве.	1
28	12.12.	Перехват мяча.	1
29	17.12.	Отбор мяча в единоборстве.	1
30	19.12.	Выбрасывание мя\ча из боковой линии.	1

31	24.12.	Техника игры вратаря	1
32	26.12.	Техника игры вратаря	1
33	31.12.	Упражнения для развития игровых моментов	1
33	09.01	Упражнения для развития игровых моментов	1
34	14.01.	Упражнения для развития игровых моментов	1
35	16.01.	Индивидуальные действия без мяча	1
36	21.01.	Обучение расположению детей на футбольном поле.	1
37	28.01.	Игра в футбол.	1
38	30.01	Индивидуальные действия с мячом.	1
39	04.02.	Отработка игровых моментов.	1
40	06.02.	Групповые действия	1
41	11.02.	Групповые действия	1
42	13.02.	Групповые действия	1
43	18.02.	Групповые действия	1
44	20.02.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
45	03.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
46	05.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
47	10.03.	Командные действия.	1
48	12.03.	Командные действия.	1
49	17.03.	Командные действия.	1
50	19.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
51	24.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
52	26.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
53	31.03	Тактика защиты. Групповые действия.	1
54	02.04	Тактика защиты. Групповые действия.	1
55	07.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
56	09.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1

57	21.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
58	23.04	Тактика защиты . Командные действия	1
59	28.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
60	30.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
61	05.05	Тактика вратаря.	1
62	07.05.	Тактика вратаря.	1
63	12.05.	Игра в футбол.	1
64	14.05	Инструкторская и судейская практика.	1
65	19.05.	Инструкторская и судейская практика.	1
66	21.05	Инструкторская и судейская практика.	1
67	26.05	Подведение итогов	1
68	28.05	Игра в футбол	1
	Итого:		68

➤ **Календарно-тематическое планирование по ДОП «Футбол» (группа № 2)**

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1	03.09	Краткий1 обзор развития футбола в городе и в России	1
2	05.09	ОФП. Развитие силы.	1
3	10.09	Тренировочная игра.	1
4	12.09	Развитие выносливости.	1
5	17.09.	Обучение удара по мячу внутренней стороной ноги	1
6	19.09	Обучение удара по мячу внутренней стороной ноги	1
7	24.09.	Изучение правил игры	1
8	26.09.	Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад	1
9	01.10.	Перекаты вперед и назад , стойки на руках.	1
10	03.10.	Подтягивание из виса сверху.	1
11	08.10.	Подтягивание на гимнастической скамейке	1

12	15.10.	Бег с ускорением.	1
13	17.10.	Прыжки с разбега в длину.	1
14	22.10	Упражнения для развития стартовой скорости.	1
15	24.10.	Бег с проыжками и с изменением направления.	1
16	29.10.	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног.	1
17	31.10.	Подвижные игры.	1
19	05.11.	Прыжки вверх и во время бега.	1
20	07.11.	Удары по мячу ногой	1
21	12.11.	Удары на дальность.	1
22	14.11.	Удары по мячу головой серединой лба без прыжка и с прыжком.	1
23	26.11.	Удары боковой частью лба.	1
24	28.11.	Остановка мяча.	1
25	03.12.	Ведение серединой подъема и носком.	1
26	05.12.	Обучение финтам.	1
27	10.12.	Выполнение обманных движений в единоборстве.	1
28	12.12.	Перехват мяча.	1
29	17.12.	Отбор мяча в единоборстве.	1
30	19.12.	Выбрасывание мя\ча из боковой линии.	1
31	24.12.	Техника игры вратаря	1
32	26.12.	Техника игры вратаря	1
33	31.12.	Упражнения для развития игровых моментов	1
33	09.01	Упражнения для развития игровых моментов	1
34	14.01.	Упражнения для развития игровых моментов	1
35	16.01.	Индивидуальные действия без мяча	1
36	21.01.	Обучение расположению детей на футбольном поле.	1
37	28.01.	Игра в футбол.	1
38	30.01	Индивидуальные действия с мячом.	1
39	04.02.	Отработка игровых моментов.	1

40	06.02.	Групповые действия	1
41	11.02.	Групповые действия	1
42	13.02.	Групповые действия	1
43	18.02.	Групповые действия	1
44	20.02.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
45	03.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
46	05.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
47	10.03.	Командные действия.	1
48	12.03.	Командные действия.	1
49	17.03.	Командные действия.	1
50	19.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
51	24.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
52	26.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
53	31.03	Тактика защиты. Групповые действия.	1
54	02.04	Тактика защиты. Групповые действия.	1
55	07.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
56	09.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
57	21.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
58	23.04	Тактика защиты . Командные действия	1
59	28.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
60	30.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
61	05.05	Тактика вратаря.	1
62	07.05.	Тактика вратаря.	1
63	12.05.	Игра в футбол.	1
64	14.05	Инструкторская и судейская практика.	1
65	19.05.	Инструкторская и судейская практика.	1
66	21.05	Инструкторская и судейская практика.	1

67	26.05	Подведение итогов	1
68	28.05	Игра в футбол	1
	Итого:		68

➤ **Календарно-тематическое планирование по ДОП «Футбол» (группа № 3)**

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1	03.09	Краткий1 обзор развития футбола в городе и в России	1
2	05.09	ОФП. Развитие силы.	1
3	10.09	Тренировочная игра.	1
4	12.09	Развитие выносливости.	1
5	17.09.	Обучение удара по мячу внутренней стороной ноги	1
6	19.09	Обучение удара по мячу внутренней стороной ноги	1
7	24.09.	Изучение правил игры	1
8	26.09.	Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад	1
9	01.10.	Перекаты вперед и назад , стойки на руках.	1
10	03.10.	Подтягивание из виса сверху.	1
11	08.10.	Подтягивание на гимнастической скамейке	1
12	15.10.	Бег с ускорением.	1
13	17.10.	Прыжки с разбега в длину.	1
14	22.10	Упражнения для развития стартовой скорости.	1
15	24.10.	Бег с пробыжками и с изменением направления.	1
16	29.10.	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног.	1
17	31.10.	Подвижные игры.	1
19	05.11.	Прыжки вверх и во время бега.	1
20	07.11.	Удары по мячу ногой	1
21	12.11.	Удары на дальность.	1
22	14.11.	Удары по мячу головой серединой лба без прыжка	1

		и с прыжком.	
23	26.11.	Удары боковой частью лба.	1
24	28.11.	Остановка мяча.	1
25	03.12.	Ведение серединой подъема и носком.	1
26	05.12.	Обучение финтам.	1
27	10.12.	Выполнение обманных движений в единоборстве.	1
28	12.12.	Перехват мяча.	1
29	17.12.	Отбор мяча в единоборстве.	1
30	19.12.	Выбрасывание мяча из боковой линии.	1
31	24.12.	Техника игры вратаря	1
32	26.12.	Техника игры вратаря	1
33	31.12.	Упражнения для развития игровых моментов	1
33	09.01	Упражнения для развития игровых моментов	1
34	14.01.	Упражнения для развития игровых моментов	1
35	16.01.	Индивидуальные действия без мяча	1
36	21.01.	Обучение расположению детей на футбольном поле.	1
37	28.01.	Игра в футбол.	1
38	30.01	Индивидуальные действия с мячом.	1
39	04.02.	Отработка игровых моментов.	1
40	06.02.	Групповые действия	1
41	11.02.	Групповые действия	1
42	13.02.	Групповые действия	1
43	18.02.	Групповые действия	1
44	20.02.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
45	03.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
46	05.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1

47	10.03.	Командные действия.	1
48	12.03.	Командные действия.	1
49	17.03.	Командные действия.	1
50	19.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
51	24.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
52	26.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
53	31.03	Тактика защиты. Групповые действия.	1
54	02.04	Тактика защиты. Групповые действия.	1
55	07.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
56	09.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
57	21.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
58	23.04	Тактика защиты . Командные действия	1
59	28.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
60	30.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
61	05.05	Тактика вратаря.	1
62	07.05.	Тактика вратаря.	1
63	12.05.	Игра в футбол.	1
64	14.05	Инструкторская и судейская практика.	1
65	19.05.	Инструкторская и судейская практика.	1
66	21.05	Инструкторская и судейская практика.	1
67	26.05	Подведение итогов	1
68	28.05	Игра в футбол	1
	Итого:		68

➤ **Календарно-тематическое планирование по ДОП «Футбол» (группа № 4)**

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1	03.09	Краткий1 обзор развития футбола в городе и в России	1

2	05.09	ОФП. Развитие силы.	1
3	10.09	Тренировочная игра.	1
4	12.09	Развитие выносливости.	1
5	17.09.	Обучение удара по мечу внутренней стороной ноги	1
6	19.09	Обучение удара по мечу внутренней стороной ноги	1
7	24.09.	Изучение правил игры	1
8	26.09.	Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад	1
9	01.10.	Перекаты вперед и назад , стойки на руках.	1
10	03.10.	Подтягивание из виса сверху.	1
11	08.10.	Подтягивание на гимнастической скамейке	1
12	15.10.	Бег с ускорением.	1
13	17.10.	Прыжки с разбега в длину.	1
14	22.10	Упражнения для развития стартовой скорости.	1
15	24.10.	Бег с пробыжками и с изменением направления.	1
16	29.10.	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног.	1
17	31.10.	Подвижные игры.	1
19	05.11.	Прыжки вверх и во время бега.	1
20	07.11.	Удары по мячу ногой	1
21	12.11.	Удары на дальность.	1
22	14.11.	Удары по мячу головой серединой лба без прыжка и с прыжком.	1
23	26.11.	Удары боковой частью лба.	1
24	28.11.	Остановка мяча.	1
25	03.12.	Ведение серединой подъема и носком.	1
26	05.12.	Обучение финтам.	1
27	10.12.	Выполнение обманных движений в единоборстве.	1
28	12.12.	Перехват мяча.	1
29	17.12.	Отбор мяча в единоборстве.	1
30	19.12.	Выбрасывание мя\ча из боковой линии.	1

31	24.12.	Техника игры вратаря	1
32	26.12.	Техника игры вратаря	1
33	31.12.	Упражнения для развития игровых моментов	1
33	09.01	Упражнения для развития игровых моментов	1
34	14.01.	Упражнения для развития игровых моментов	1
35	16.01.	Индивидуальные действия без мяча	1
36	21.01.	Обучение расположению детей на футбольном поле.	1
37	28.01.	Игра в футбол.	1
38	30.01	Индивидуальные действия с мячом.	1
39	04.02.	Отработка игровых моментов.	1
40	06.02.	Групповые действия	1
41	11.02.	Групповые действия	1
42	13.02.	Групповые действия	1
43	18.02.	Групповые действия	1
44	20.02.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
45	03.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
46	05.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
47	10.03.	Командные действия.	1
48	12.03.	Командные действия.	1
49	17.03.	Командные действия.	1
50	19.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
51	24.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
52	26.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
53	31.03	Тактика защиты. Групповые действия.	1
54	02.04	Тактика защиты. Групповые действия.	1
55	07.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
56	09.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1

57	21.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
58	23.04	Тактика защиты . Командные действия	1
59	28.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
60	30.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
61	05.05	Тактика вратаря.	1
62	07.05.	Тактика вратаря.	1
63	12.05.	Игра в футбол.	1
64	14.05	Инструкторская и судейская практика.	1
65	19.05.	Инструкторская и судейская практика.	1
66	21.05	Инструкторская и судейская практика.	1
67	26.05	Подведение итогов	1
68	28.05	Игра в футбол	1
	Итого:		68

➤ **Календарно-тематическое планирование по ДОП «Футбол» (группа № 5)**

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов
1	03.09	Краткий1 обзор развития футбола в городе и в России	1
2	05.09	ОФП. Развитие силы.	1
3	10.09	Тренировочная игра.	1
4	12.09	Развитие выносливости.	1
5	17.09.	Обучение удара по мячу внутренней стороной ноги	1
6	19.09	Обучение удара по мячу внутренней стороной ноги	1
7	24.09.	Изучение правил игры	1
8	26.09.	Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад	1
9	01.10.	Перекаты вперед и назад , стойки на руках.	1
10	03.10.	Подтягивание из виса сверху.	1
11	08.10.	Подтягивание на гимнастической скамейке	1

12	15.10.	Бег с ускорением.	1
13	17.10.	Прыжки с разбега в длину.	1
14	22.10	Упражнения для развития стартовой скорости.	1
15	24.10.	Бег с проыжками и с изменением направления.	1
16	29.10.	Прыжки с разбега толчком одной и двух ног.	1
17	31.10.	Подвижные игры.	1
19	05.11.	Прыжки вверх и во время бега.	1
20	07.11.	Удары по мячу ногой	1
21	12.11.	Удары на дальность.	1
22	14.11.	Удары по мячу головой серединой лба без прыжка и с прыжком.	1
23	26.11.	Удары боковой частью лба.	1
24	28.11.	Остановка мяча.	1
25	03.12.	Ведение серединой подъема и носком.	1
26	05.12.	Обучение финтам.	1
27	10.12.	Выполнение обманных движений в единоборстве.	1
28	12.12.	Перехват мяча.	1
29	17.12.	Отбор мяча в единоборстве.	1
30	19.12.	Выбрасывание мя\ча из боковой линии.	1
31	24.12.	Техника игры вратаря	1
32	26.12.	Техника игры вратаря	1
33	31.12.	Упражнения для развития игровых моментов	1
33	09.01	Упражнения для развития игровых моментов	1
34	14.01.	Упражнения для развития игровых моментов	1
35	16.01.	Индивидуальные действия без мяча	1
36	21.01.	Обучение расположению детей на футбольном поле.	1
37	28.01.	Игра в футбол.	1
38	30.01	Индивидуальные действия с мячом.	1
39	04.02.	Отработка игровых моментов.	1

40	06.02.	Групповые действия	1
41	11.02.	Групповые действия	1
42	13.02.	Групповые действия	1
43	18.02.	Групповые действия	1
44	20.02.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
45	03.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
46	05.03.	Подготовка к игровым мероприятиям и соревнованиям	1
47	10.03.	Командные действия.	1
48	12.03.	Командные действия.	1
49	17.03.	Командные действия.	1
50	19.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
51	24.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
52	26.03.	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	1
53	31.03	Тактика защиты. Групповые действия.	1
54	02.04	Тактика защиты. Групповые действия.	1
55	07.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
56	09.04.	Тактика защиты. Групповые действия.	1
57	21.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
58	23.04	Тактика защиты . Командные действия	1
59	28.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
60	30.04.	Тактика защиты . Командные действия	1
61	05.05	Тактика вратаря.	1
62	07.05.	Тактика вратаря.	1
63	12.05.	Игра в футбол.	1
64	14.05	Инструкторская и судейская практика.	1
65	19.05.	Инструкторская и судейская практика.	1
66	21.05	Инструкторская и судейская практика.	1

67	26.05	Подведение итогов	1
68	28.05	Игра в футбол	1
	Итого:		68