

Министерство образования Свердловской области  
Управление образования Березовского муниципального округа

**БЕРЕЗОВСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 33»**

623700, Свердловская область, г. Березовский, ул. Ленина, стр. 48,  
тел.: 8(34369) 4-44-08, email: bgo\_ou33@mail.ru

Утверждаю  
Директор БМАОУ СОШ №33  
О.Н. Казанцева  
Приказ № 233  
«01» сентября 2025г.

**Дополнительная общеобразовательная программа –  
Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Футбольная секция»**

Возраст учащихся: 7 – 12 лет

Срок реализации – 1 год

Березовский,  
2025 г.

**Структура  
дополнительной общеобразовательной программы –  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Футбольная секция»  
для детей 7-12 лет**

№п.п.	Содержание	страницы
1	Содержание, объем дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Футбольная секция»	3-4
2	Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Футбольная секция»	5-6
3	Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Футбольная секция»	6-10
4	Учебный план	11
5	Календарный учебный график	12
6	Оценочные материалы к программе	13-14
7	Учебно-методические пособия	15

## **1.Содержание и объем дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Футбольная секция»**

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Футбольная секция» составлена для детей 7-12 лет.

**Направленность программы:** Физкультурно- спортивная.

Программа направлена на всестороннее развитие личности в процессе индивидуального, физического воспитания обучающегося на основе его психофизиологических особенностей и природных двигательных задатков.

Срок реализации программы: 1 год.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольная секция» имеет физкультурно- спортивную направленность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольная секция» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к футболу, физической культуре и спорту.

Футбол - самый массовый, самый зрелищный, самый игровой из всех игровых видов спорта. Футбол можно использовать в общеобразовательной школе, как часть программы по физической культуре, футбол преподаётся в спортивных школах, где готовят технически, тактически грамотных игроков. В футбол играют в командах мастеров, где футбол - это профессия человека. Есть футбол мужской и женский, это говорит о том, что футбол интересен всем!

В футбол начинают играть дети с раннего возраста и можно играть до зрелого возраста.

Программа по своей направленности является физкультурно-спортивной и по содержанию отличается от примерных и типовых программ тем, что на этапе отбора детей формируются спортивно-оздоровительные группы, где дети занимаются общеразвивающими, беговыми упражнениями, изучают приёмы владения мячом и элементы футбольной игры.

В ходе освоения данной программы по футболу обучающиеся приобретают знания о месте и значении игры в системе физического воспитания, о структуре рациональных движений в технических приёмах игры, изучают взаимодействие игрока с партнерами в групповых действиях для успешного участия в игре.

Основой подготовки занимающихся является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития детей 7-12 лет. Расширяется кругозор и интерес ребят к данному виду спорта.

Широкое применение футбола в системе физического воспитания объясняется несколькими причинами:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью его использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и в тоже время использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации содержательного досуга детей.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 важных функции:

- - создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;
- - способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- - выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Программа направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников.

**Актуальность и новизна программы** - Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать УСЛОВИЯ ДЛЯ максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных УСЛОВИЙ для развития и формирования талантливого ребёнка.

Успешность обучению футболу детей прежде всего обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Возрастные, половые и индивидуальные различия ребёнка являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов техники футбола.

**Цель программы:**

обеспечить всестороннюю физическую подготовку обучающегося, отбор спортивно одарённых детей, привитие ценностей здорового образа жизни.

**Задачи:**

- Создание условий для развития личности ребёнка:
- Развитие мотивации юного футболиста к познанию и творчеству.
- Обеспечение эмоционального благополучия ребёнка и подростка.
- Приобщение обучающихся к достижениям мировой культуры, российским традициям, особенностям региона.
- Укрепление психического и физического здоровья.

**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.

Создание условий для профессионального самоопределения и творческой самореализации юного спортсмена. Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы:

- 1) укрепление здоровья;

2) развитие коммуникативных компетенций.

Возраст детей – младший (7-9 лет), средний (10-12 лет).

## **2. Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Футбольная секция»**

В результате занятий по программе «Футбольная секция» у обучающихся сформируются следующие предпосылки для достижения личностных и метапредметных (регулятивных, познавательных, коммуникативных) результатов.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; предметные – через формирование основных элементов научного знания, а метапредметные результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:** формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаяющего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью формирование потребности ответственного отношения к занятиям легкой атлетикой и окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметные результаты:** способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья формирование умений легкой атлетики и позитивного коммуникативного общения с окружающими.

### **Оздоровительные результаты:**

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации освоения дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Футбольная секция»

будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

В процессе реализации программы у учащихся будут формироваться **следующие УУД:**

- инициативность;
- аккуратность;
- коммуникабельность;
- целеустремлённость;
- самокритичность;
- способностью к оказанию взаимопомощи;
- самостоятельность;
- исполнительность;

- способностью к взаимодействию в команде;
- физическая активность;
- выносливость;
- упорством в достижении поставленных целей;
- строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами;
- разрешение конфликтов;

#### **Ожидаемые результаты:**

1. Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся и на свежем воздухе( по погоде).
2. Обучающиеся овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в футбол.

#### **Обучающиеся должны знать и иметь представление:**

- 1) об особенностях зарождения, истории футбола;
- 2) о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;
- 4) основы судейства игры футбол.

#### **Учащиеся должны уметь:**

- 1) выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- 2) владеть тактико-техническими приемами футбола;
- 3) уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;
- 4) организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

#### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

- 1) школьные соревнования;
- 2) участие в муниципальных соревнованиях.

### **3.Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной общеразвивающей программы «Футбольная секция»**

**Формы работы:** групповая (2 группы по 12 человек) совместная образовательная деятельность; индивидуальная самостоятельная образовательная деятельность.

**Режим непосредственной образовательной деятельности:** 2 раза в неделю, во второй половине дня (во внеурочное время).

**Продолжительность занятий:** 1 час.

Программа является инструментом целевого развития индивидуальных способностей детей в физическом развитии. Занятия по дополнительному образованию проводятся в специально оборудованном спортивном зале, спортивной площадке (территория школы). Предметно-развивающая среда спортивного зала соответствует интересам и потребностям детей, целям и задачам дополнительной общеобразовательной программы по оздоровительной программе, а так же способствует трансформации знаний, умений в опыт.

**Требования к педагогу дополнительного образования, осуществляемому реализации программы**

**Должностные обязанности.** Осуществляет дополнительное образование обучающихся, воспитанников в соответствии со своей образовательной программой и рабочей программой, развивает их разнообразную творческую деятельность. Комплектует состав обучающихся, воспитанников детского объединения и принимает меры по сохранению контингента обучающихся, воспитанников в течение срока обучения. Обеспечивает педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения) исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы. Проводит учебные занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук, возрастной психологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий. Обеспечивает

соблюдение прав и свобод обучающихся, воспитанников. Участвует в разработке и реализации образовательных программ. Составляет планы и программы занятий, обеспечивает их выполнение. Выявляет творческие способности обучающихся, воспитанников, способствует их развитию, формированию устойчивых профессиональных интересов и склонностей. Организует разные виды деятельности обучающихся, воспитанников, ориентируясь на их личности, осуществляет развитие мотивации их познавательных интересов, способностей. Организует самостоятельную деятельность обучающихся, воспитанников, в том числе исследовательскую, включает в учебный процесс проблемное обучение, осуществляет связь обучения с практикой, обсуждает с обучающимися, воспитанниками актуальные события современности. Обеспечивает и анализирует достижения обучающихся, воспитанников. Оценивает эффективность обучения, учитывая овладение умениями, развитие опыта творческой деятельности, познавательного интереса, используя компьютерные технологии, в т.ч. текстовые редакторы и электронные таблицы в своей деятельности. Оказывает особую поддержку одаренным и талантливым обучающимся, воспитанникам, а также обучающимся, воспитанникам, имеющим отклонения в развитии. Организует участие обучающихся, воспитанников в массовых мероприятиях. Участвует в работе педагогических, методических советов, объединений, других формах методической работы, в работе по проведению родительских собраний, оздоровительных, воспитательных и других мероприятий, предусмотренных образовательной программой, в организации и проведении методической и консультативной помощи родителям или лицам, их заменяющим, а также педагогическим работникам в пределах своей компетенции. Обеспечивает охрану жизни и здоровья обучающихся, воспитанников во время образовательного процесса. Обеспечивает при проведении занятий соблюдение правил охраны труда и пожарной безопасности.

**Должен знать:** приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; Конвенцию о правах ребенка; возрастную и специальную педагогику и психологию; физиологию, гигиену; специфику развития интересов и потребностей обучающихся, воспитанников, основы их творческой деятельности; методику поиска и поддержки одаренных детей; содержание учебной программы, методику и организацию дополнительного образования детей по художественно-эстетической деятельности; методы развития мастерства; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода; методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися, воспитанниками, детьми разного возраста, их родителями, лицами, их заменяющими, коллегами по работе; технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; технологии педагогической диагностики; основы работы с персональным компьютером (текстовыми редакторами, электронными таблицами), электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения; правила по охране труда и пожарной безопасности.

**Требования к квалификации.** Высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

В соответствии с Федеральным законом об образовании к занятию педагогической деятельностью по дополнительным общеобразовательным программам вправе осуществлять деятельность лицам, обучающимся по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности, и успешно прошедших промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения. Соответствие образовательной программы направленности дополнительной общеобразовательной программы определяется указанными организациями.

#### **Педагогические условия для реализации программы:**

- Создание предметно-развивающей среды в образовательной организации (спортивный зал, спортивная площадка).

- В спортивном зале имеется весь необходимый инвентарь для занятий футболом.
- Для успешной реализации программы предусматривается взаимодействие с родителями и педагогами.
- Проводятся следующие формы работы: беседы, консультации, спортивные мероприятия и др.

Разнообразие используемых форм работы формирует у взрослых определенные представления и практические умения в продуктивной деятельности и в оказании помощи детям в освоении программы.

### **Методы организации и проведения образовательного процесса:**

#### ***Словесные методы:***

- Описание
- Объяснение
- Рассказ
- Разбор
- Указание
- Команды и распоряжения
- Подсчёт.

#### ***Наглядные***

#### ***методы:***

- Показ упражнений и техники футбольных приёмов
- Использование учебных наглядных пособий
- Видеофильмы, презентации, слайды
- Жестикуляция

#### ***Практические***

#### ***методы:***

- Метод упражнений
- Метод разучивания по частям
- Метод разучивания в целом
- Соревновательный метод
- Игровой метод
- Непосредственная помощь тренера-

преподавателя.

### **Основные средства обучения:**

- Упражнения для изучения техники, тактики футбола и совершенствование в ней
- Общефизические упражнения
- Специальные физические упражнения
- Игровая практика.

### **Формой подведения итогов реализации данной программы являются:**

- Тестирование
- Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
- Соревнования.

Успешная подготовка футболиста возможна только при УСЛОВИИ тесной преемственности каждого этапа обучения спортсмена.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе многолетней тренировки.

Участие обучающихся в муниципальных спортивных мероприятиях, соревнованиях по футболу внутри школы. Для поддержания интереса детей к спорту рекомендуется использовать разнообразные формы организации образовательного процесса.

Занятие — основная форма организации образовательного процесса. На занятиях обучающиеся под руководством педагога последовательно, соответственно программе, приобретают теоретические знания и практические навыки, а также усваивают элементы базовой культуры личности. На занятиях применяются игровые технологии.



## **Методические особенности**

В зависимости от задач занятия и физической подготовленности обучающихся, педагог может воспользоваться различными методическими способами проведения упражнений, которые сложились и широко применяются в спортивной практике. При обычном способе педагог сочетает рассказ об упражнении с одновременным его показом. По окончании одного упражнения педагог показывает следующее. Для выполнения упражнений обучающиеся могут располагаться в колонне, в шеренге, в кругах, у опоры и т.д. Поточный метод предлагает выполнение упражнений без остановки. Показ и рассказ осуществляют по ходу выполнения упражнений. Такой способ выполнения упражнений повышает интерес, увеличивает моторную плотность занятий и обеспечивает решение подготовительной части в более короткое время.

При проходном методе упражнения выполняют на ходу или со значительным перемещением детей. Это позволяет варьировать упражнение, использовать различные повороты, прыжки.

### **Общая физическая подготовка**

*Упражнения для развития силы:*

- Силы мышц рук
- Силы мышц ног
- Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)
- Развитие силовой

выносливости

*Упражнения для развития*

*быстроты:*

- ОРУ для развития быстроты
- Упражнения для разгибателей туловища
- Упражнения для разгибателей ног
- Упражнения общего воздействия

*Упражнения для развития гибкости:*

- Гибкости плечевого сустава
- Гибкости спины
- Гибкости ног (тазобедренный, коленный, голеностопный суставы)

*Упражнения для развития ловкости:*

Главным условием развития ловкости является приобретение большого запаса двигательных навыков и умений.

*Упражнения с предметом*

- С набивными мячами
- Упражнения с гантелями и штангами

*Акробатические упражнения*

- Кувырки
- Перекаты, перевороты

*Беговые упражнения*

- Бег (30,60,100,400,500, 800, 1000 м)
- Бег (6 минут, 12 минут)

*Спортивные игры*

*Подвижные игры и эстафеты.*

### **Специальная физическая подготовка**

- Упражнения для развития быстроты
- Упражнения для развития скоростно - силовых качеств
- Упражнения для вратарей
- Упражнения для развития специальной выносливости
- Упражнения для развития ловкости.

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.

Посредством этого у обучающихся создаются двигательные представления о движениях. Обычно на занятиях разучиваемое упражнение показывает педагог. В отдельных случаях его могут выполнять специально подготовленные дети. Для освоения упражнений предлагается ряд подготовительных действий, которые помогут правильно и быстро освоить движение. Упражнения подбираются таким образом, чтобы сохранилась поэтапность их выполнения в процессе обучения.

Для того чтобы избежать перегрузки, нужно своевременно определить степень утомления каждого ребенка и, если нужно, снизить нагрузку. Недостаточная нагрузка также не побуждает к высокой активности и не дает положительных результатов.

#### **Методические особенности**

К основным методам обучения относятся:

- показ техники упражнений;
- рассказ

#### **Основные задачи заключительной части занятия:**

- постепенное снижение нагрузки;
- подготовка к предстоящей деятельности;
- подведение итогов занятия.

### **Описание материально-технического обеспечения дополнительной общеобразовательной - дополнительной общеразвивающей программы «Футбольной секции»**

Не менее значимым при развитии здоровьесберегающей среды образовательного учреждения является состояние и перспективы обогащения материально-технической базы наглядными пособиями, техническими средствами обучения. Для реализации программы необходима материально-техническая база:

Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, экран.

#### *Спортивный инвентарь:*

1. Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная) - 10 шт.
2. Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр) - 10 шт.
3. Комплект футбольных мячей (на команду)
4. Мяч баскетбольный (№7) – 13;
5. Мяч волейбольный (№5) – 15;
6. Мяч футбольный (№5) – 15;
7. Футбольные ворота - 2 шт.
8. Сетки на футбольные ворота - 2 шт.
9. Компрессор для накачки мячей - 1 шт.
10. Стойки и «пирамиды» для обводки - 10 шт.
11. Маты - 10 шт.
12. Турник - 3 шт.
13. Гимнастическая стенка «шведская» - 5 шт.
14. Гимнастические скамейки - 3 шт.
15. Скакалки - 10 шт.
16. Секундомер SW-001 - 1 шт.
17. Рулетка – 1 шт.
18. Свисток - 1 шт.

#### *Видеоматериалы о технических приёмах в футболе:*

Видеоуроки о технических приемах в футболе:

Раздаточный материал: А) Экипировка футболиста. Б) Правила поведения и безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по футболу. В)

спортивный инвентарь и оборудование в футболе. Г).Правила соревнований по футболу.

#### **4. Учебный план**

**дополнительной общеобразовательной программы – дополнительной  
общеразвивающей программы «Футбольная секция»  
для детей 7- 12лет  
на 2019-2020 учебный год**

**Пояснительная записка к учебному плану по реализации дополнительной  
общеобразовательной дополнительной общеразвивающей программы  
«Футбольная секция»**

#### **Общие положения**

Одно из направлений повышения качества образования: дополнительное образование обучающихся через предметы физического цикла. Содержание дополнительного образования на ступени общего образования реализуется за счет введения модуля физическое развитие, обеспечивающего интеграцию разных видов физического развития детей и создание оптимальных условий для полноценного физического развития и способностей детей в соответствии с их возрастными и индивидуальными возможностями.

Учебный план отражает содержание общего образования и является инструментом целевого развития индивидуальных способностей детей в физическом развитии:

- 1) формирование правильной осанки, воспитанию и развитию основных физических качеств в процессе освоения упражнений игре в футбол и желание заниматься спортом;
- 2) создание развивающей среды для занятий спортом;
- 3) ознакомление обучающихся с основами футбола.

#### **Особенности организации занятий**

Занятия по дополнительной образовательной программе «Футбольная секция» проводятся в спортивном зале и спортивной площадке на территории школы (по погоде). Занятия полезны и увлекательны, потому, что происходят в обстановке, где спортивное оборудование, инвентарь позволяет настраивать на физическую деятельность.

**Формы работы:** групповая (2 группы по 12 человек) совместная образовательная деятельность; индивидуальная самостоятельная образовательная деятельность.

**Режим непосредственной образовательной деятельности:** 2 раза в неделю, во второй половине дня (внеурочное время).

**Продолжительность занятий:** 1 час.

**Распределение часов на реализацию дополнительной общеобразовательной  
дополнительной общеразвивающей программы  
«Футбольная секция»**

№ п/п	Наименование разделов по теме	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Теоретическая подготовка	8	2	10
2	Общая физическая подготовка		28	28
3	Специальная физическая подготовка		6	6
4	Техническая подготовка		6	6
5	Тактическая подготовка		6	6
6	Контрольные испытания		4	4
7	Учебные и тренировочные игры, инструкторская и судейская практика		2	2
8	Контрольные игры и соревнования		2	2
Итого		8	56	64

## **5.КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ-ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ на 2019 - 2020 учебный год**

Календарный учебный график разработан в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, письмо Министерства образования и науки РФ № 09-3242 от 18 ноября 2015г.;
4. Производственный календарь 2019г., 2020г.;
5. Учебный план.

**Начало реализации программы - 1 октября 2019 г.**

**Окончание реализации программы – 31 мая 2020 г.**

**Продолжительность учебного года – 32 учебные недели (без учета праздничных дней).**

**Продолжительность учебной недели – 5 дней (понедельник – пятница).**

**Количество занятий в неделю – 2 занятия.**

**Количество занятий в месяц – 8 занятий (октябрь, ноябрь, декабрь, январь, февраль, март, апрель, май).**

### **Структура календарного учебного графика**

<b>Срок</b>	<b>Формы образовательной деятельности</b>
01.10.2019 – 14.10.2019	Учебный период, входная педагогическая диагностика
15.10.2019- 30.12.2019	Учебный период
31.12.2019- 08.01.2020	Праздничные (нерабочие) дни
09.01.2020- 31.05.2020	Учебный период, педагогическая диагностика

Реализация Программы осуществляется в течение всего учебного года. В случае если занятие по каким-либо причинам не проводится в учебном году, то оно переносится на летний период и Программа реализуется в полном объеме.

**ИТОГО: 32 учебные недели (включая педагогическую диагностику).**

## 6. Оценочные материалы к дополнительной образовательной – дополнительной общеразвивающей программе «Футбольная секция»

### Контрольно-переводные нормативы

#### **ОФП:**

1. бег 30 м (сек.)
2. бег 300 м (сек.)
3. прыжки в длину (см.)

#### **СФП:**

- бег 30 м с ведением мяча (сек.)  
 вбрасывание мяча на дальность (м.)

#### **Техническая подготовка:**

- удары по мячу на точность (число точных ударов из 10)  
 жонглирование мячом (кол-во раз)

Задача: научить двигательным действиям и оценить двигательные навыки (базовая подготовленность для перевода в группы начальной подготовки).

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 6,6 сек)
	Бег на 60 м со старта ( не более 11,8 сек)
	Челночный бег 3x10м (не более 9,3 сек)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)
	Тройной прыжок (не менее 360 см)
	Прыжок в высоту с места со взмахом руками (не менее 12 см)
Выносливость	Бег на 1000 м

Норматив/баллы	7 лет	8 лет	9 лет	10 лет	11-12 лет
Одинарный прыжок с места (м)	1,36-1,39	1,40-1,44	1,45-1,49	1,50-1,55	1,55 и более
Бег 10 м (сек)	2,81-2,85	2,71-2,80	2,61-2,70	2,50-2,60	2,5 и менее
Бег 30 м (сек)	6,11-6,15	6,01-6,10	5,91-6,00	5,80-5,90	5,8 и менее
Ведение мячом 30м (сек)	8-26-8,5	8,21-8,25	8,11-8,20	8,00-8,10	8,0 и менее

Упражнения для полевых игроков	7 лет	8 лет	9 лет	10 лет	11 лет	12 лет
удар по мячу ногой на точность (число попаданий) из 10	5	5	6	6	7	8

Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек).	-	-	-	—	—	—
Жонглирование мячом (раз)	6	6	7	8	10	12

### **Ожидаемый результат.**

По итогам решения поставленных задач ожидается получить следующие результаты:

1. Воспитание здоровой, физически развитой и духовно - нравственной личности.
2. Приучить детей ценить свое здоровье, ответственно относиться к нему.
3. Сформировать устойчивую потребность в физкультурно- оздоровительных мероприятиях.
4. Обучающиеся к концу учебного года должны знать и уметь выполнять ряд упражнений легкой атлетики, а так же знать терминологию этих упражнений.
5. К концу учебного года обучающиеся должны выполнить диагностические нормативы по ОФП и СФП.
6. Формируется навык самосовершенствования и самоконтроля, самопознания, самостраховки и взаимопомощи.
7. Двигательный опыт обучающихся должен стать шире, посредством использования и освоения физических упражнений.
8. Секционная работа по легкой атлетике станет более результативней, благодаря совершенствованию содержания и методике.
9. Воспитание личности, обладающей волевыми качествами и творческими способностями.
10. Обучающиеся должны обладать развитой гибкостью, подвижностью в суставах, уметь легко владеть своим телом и иметь высокий уровень работоспособности.
11. Обучающийся анализирует свои действия и действия товарищей.
12. Быстрее выполняют различные упражнения, развиваются силовые способности, поддерживается правильная осанка.
13. Воспитать привычку к здоровому образу жизни у всех участников педагогического процесса.
14. Создать условия для самостоятельной двигательной деятельности детей и индивидуальной работы по развитию футбольного движения.

## 7. Учебно-методические пособия

Андреев С.Н. Футбол в школе. М., Просвещение, 1986.  
Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. М., ФиС, 1975.  
Сушков М.П., Розин М.Б., Ваш друг - кожаный мяч. М., ФиС, 1977.  
Симаков В.И. Футбол: комбинации в парах. М., ФиС, 1980.  
Футболист в игре и тренировке. Под ред. Савина С.А. М., ФиС, 1975.  
Метод, рекомендации по орг. массовых соревнований по футболу. М., 1987.  
Никитин Б.П., Никитина Л.А. Резервы здоровья наших детей. М., ФиС, 1990.  
Иванов Ю.И., Михайлова Э.И. Играйте на здоровье. М., Московская правда, 1991  
Филин В.П., Фомин Р.А. Основы юношеского спорта. М., ФиС, 1980.

Андреев С.Н. Мини-футбол. М., ФиС, 1978.  
Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. М., ФиС, 1971.  
Гагасва Г.М. Психология футбола. М., ФиС, 1969.  
Журнал «Теория и практика футбола» № 4 ( 20 ), 2003.  
Еженедельник «Футбол» - различные номера 1995 - 2012 г.г.  
15. Спортивные и подвижные игры. Учебник для техникумов физической культуры. М., ФиС. 2002 г.  
16. Тренировочные микроциклы скоростно-силовой направленности в подготовке

юных

футболистов: Методические рекомендации / Под общ. ред. Швыкова В.А. М., Терра-спорт, 2000.

( Библиотечка тренера).

## ВИДЕОМАТЕРИАЛЫ

Контроль мяча. Bennett Video Group, 88 мин., 2000.  
Футбольная видеоэнциклопедия: разминка, техника, тактика. Imagen y Deporte ( Spain ), 80 мин., 2002.  
Удары. Bennett Video Group, 105 мин., 2000.  
Дриблинг и финты. Bennett Video Group, 71 мин., 2000.  
Подготовка классного голкипера. Green Umbrella, 55 мин., 2001.  
Супер мастерство и удары головой. Bennett Video Group, 100 мин., 2000.  
Пеле: мастер и его метод. M.I.A. Sport, 60 мин., 1973.

1 Уроки футбола. Английская школа: отработка навыков; игра на ограниченном участке и комбинационная игра; курс для полузащитников.  
Техника защиты ( зонная защита).  
Уроки футбола в 9-12 лет. Школа Корвсра (Франция) Часть 1, 2, 3, 4.  
Искусство игры в нападении.  
Разминка, тренировка, игра 9-14 лет (Шотландия).  
Уроки звёзд. Тактика игры. Командная игра (Голландия-Дания, 1997).  
Уроки звёзд (Англия).  
Тренировка футболистов 12-15 лет (Франция). Часть 1, 2  
Высшее вратарское мастерство.  
10. Подготовка вратаря.