

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 обще развивающая 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 приемы 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 корректирующей 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 исключающего 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 обще развивающей 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, осуществляющему реализацию 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
- Жестикуляции

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 колоне, 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 движении. 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 здоровье сберегающей 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 приемах 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- 12 лет
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 обще развивающих 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

| Срок | Формы образовательной деятельности |
|-------------------------|--|
| 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 3х10м (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.
- КоротковИМ. 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.
- Дриблиng 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.