

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 323
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
ГБОУ СОШ № 323
Протокол № 13 от 13.06.2024г.

УТВЕРЖДЕНА

директором ГБОУ СОШ № 323

Л.А.Флоренковой

Приказ № 58 -од от 17.06.2024г.



Дополнительная общеразвивающая программа

«ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВОЧЕК»

Срок освоения: 3 года

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Разработчик:

Лущик Евгений Анатольевич,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол для девочек» имеет физкультурно-спортивную направленность и является практической формой решения задачи обеспечения глобальной конкурентоспособности российского образования, вхождения Российской Федерации в число 10 ведущих стран мира по качеству общего образования, указанной в Национальном проекте «Образование», (утвержденном президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 3 сентября 2018 г. №10), - посредством интеграции содержания основного и дополнительного образования в предметной области «физическая культура». Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение детьми и подростками основами физической культуры. Ее слагаемые: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры. Физическое воспитание в системе дополнительного образования предполагает разнообразные формы педагогической работы с обучающимися, способствует решению разных задач.

Образовательная деятельность по программе направлена на:

- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания обучающихся
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию свободного времени обучающихся
- выявление, развитие и поддержку обучающихся, проявивших выдающиеся способности в спорте
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.

Адресат программы - девочки 7-10 лет, проявляющие интерес к этой спортивной игре.

Актуальность программы заключается в ее востребованности детьми и родителями.

Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – непременный спутник побед в матчах и турнирах. Предлагаемая программа предполагает ознакомление обучающихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Женский футбол ничем не отличается от мужского варианта в отношении правил. Однако при работе с девочками 7-10 лет педагогу необходимо принимать во внимание особенности физического развития этой категории обучающихся.

Результаты освоения программы учащимися могут быть засчитаны в качестве результатов освоения программ внеурочной деятельности образовательного учреждения по направлению «спортивно-оздоровительное» в случае соответствия планируемых результатов вышеуказанной программы. Программа адаптирована к условиям Культурно- образовательного центра «Оккервиль»

Уровень освоения программы: углубленный.

Объем программы: 288 учебных часов

Срок освоения: 3 года

Количество учебных часов по годам обучения:

1 год -72 часа

2 год -72 часа

3год -144 часа

Цель программы: создание условий для укрепления здоровья учащихся, обеспечение их содержательного досуга через обучение технике и тактике игры в футбол.

Задачи программы:

Обучающие.

- Научить соблюдать технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Обучить правилам и двигательным действиям в футболе;
- Дать представление о терминологии, используемой в данном виде спорта.

Развивающие:

- формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития,
- развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие.
- воспитание физических качеств в соответствии с возрастными, половыми и индивидуальными особенностями учеников.

Воспитательные:

- воспитание моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями;

Ожидаемые результаты

Предметные.

Освоив программу, учащиеся будут:

знать

- Технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Основные технико-тактические действия и приемы в футболе;
- Международные соревнования и современные олимпийские игры;
- Основы знаний судейства соревнований по футболу;

Уметь выполнять

- Технику передвижения – комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещения, остановки, повороты, ускорения);
- Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема и внешней стороной подъема, носком, по неподвижному мячу внешней частью подъема;
- Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема;
- Варианты ударов головой и ногой без сопротивления защитника и с сопротивлением защитника;
- Варианты остановок мяча грудью;
- Ведение мяча по прямой и с изменением направления движения и скоростью ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой;
- Ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника;
- Удары по воротам на точность попадания мяча в цель;
- Совершенствование обманных движений - после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве;
- Отбор мяча - перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага;

Метапредметные:

У учащихся будут сформированы

- умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития,
- координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Учащиеся будут уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения во время занятия и следовать им

Личностные:

У учащихся будут сформированы компетентности в области

- общения и сотрудничества со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной деятельности;
- понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

Получают развитие такие качества, как воля, целеустремлённость, креативность, инициативность, трудолюбие, дисциплинированность.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: русский.

Форма обучения: очная, очно-заочная (с применением дистанционных технологий). Допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения

Условия набора:

Допуск врача.

Тестирование (определение уровня физического развития по таблице нормативов). Таблица прилагается.

По результатам тестирования ребенок может быть зачислен в группу более старшего или младшего возраста.

Наполняемость учебных групп:

1 год обучения -15 чел.

2 год -12 чел.

3 год – не менее 10 чел.

Обучение ведется на **русском** языке.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- тестирование (индивидуальное),
- открытые тренировки,
- соревнования, спартакиады, матчи, турниры,
- педагогическое наблюдение,
- отзывы детей и родителей.

Контроль осуществляется: по двигательной активности - на основании результатов тестов.

Способы фиксации результата:

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.

Учебно-тематический план

Разделы программы	I год	
	теория	практика
Теоретические сведения	6	-
ОФП	-	18
Специальная подготовка	-	18
Техническая подготовка	-	36
Тактическая подготовка	-	20
Игровая подготовка	-	30
Соревнования	-	16
Итого	6	138

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 323
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА



УТВЕРЖДЕН
директором ГБОУ СОШ № 323

Л.А.Флоренковой
Приказ № 58 -од от 17.06.2024г.

Педагог: Лущик Евгений Анатольевич

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов в год	Режим занятий
1	01.09. текущего учебного года	25.05 текущего учебного года	36	72	2 раза в неделю по 1 академическому часу
2	01.09. текущего учебного года	25.05 текущего учебного года	36	72	2 раза в неделю по 1 академическому часу
3	01.09. текущего учебного года	25.05 текущего учебного года	36	144	2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом 10 мин

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К дополнительной общеразвивающей программе
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВОЧЕК»

на 2024-2025 учебный год
1-й год обучения

Обучающие.

- обучить правилам и двигательным действиям в футболе;
- Дать представление о терминологии, используемой в данном виде спорта.

Развивающие:

- формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития,
- развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие.
- воспитание физических качеств в соответствии с возрастными, половыми и индивидуальными особенностями учеников.

Ожидаемые результаты

Предметные.

Освоив программу, учащиеся будут:

знать

- Технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Основные технико-тактические действия и приемы в футболе;

Уметь выполнять

- Технику передвижения – комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещения, остановки, повороты, ускорения):
- Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема и внешней стороной подъема, носком, по неподвижному мячу внешней частью подъема:
- Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема;
- Удары по воротам на точность попадания мяча в цель;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага.

Метапредметные:

У учащихся будут сформированы

- координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Личностные:

Получают развитие такие качества, как воля, целеустремленность, креативность, инициативность, трудолюбие, дисциплинированность.

Содержание программы 1-го года обучения

1. Теоретические сведения

- Правила техники безопасности на занятиях по футболу;
- История возникновения и развития игры в футбол;
- Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека;
- Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ;
- О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты

2. ОФП

- Общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения);
- Общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону);
- Общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук).
- Наклоны в различных исходных положениях самостоятельно и в парах;
- Махи ногами в различных направлениях с максимальной амплитудой.

Эстафеты:

- С мячом;
- С предметами на развитие ловкости, быстроты, координации движения.

3. Специальная подготовка

- Старты из различных положений;
- Бег с максимальной скоростью 30, 60 метров;
- Прыжки (в длину с места, на одной и двух ногах, через скакалку);
- Поднимание туловища из положения лежа;
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- Подтягивание на высокой перекладине.

- Ведение мяча – внешней и внутренней частью подъема, серединой подъема и носком, внутренней стороной стопы, по прямой с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, увеличивая скорость и закрывая мяч телом с пассивным сопротивлением защитника;
- Обманные движения – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве;
- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага, на точность и дальность под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру

4. Техническая подготовка

- Техника игры вратаря – основная стойка вратаря, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча на выходе из ворот без падения и в падении, перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком, ладонями, пальцами рук без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, перевод мяча через перекладину ворот ладонями в прыжке, бросок мяча одной рукой из-за плеча с боковым замахом и снизу на точность, выбивание мяча ногой с земли и с рук на точность и дальность;

5. Тактическая подготовка

Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);
- Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);
- Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);
- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);
- Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);
- Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);
- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).

- Тактика свободного нападения;
- Позиционное нападение с изменением позиций игроков;
- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1, с атакой и без атаки ворот;

6. Игровая подготовка

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;
- Тренировочные игры по футболу
- Игра и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2 и 3:3.
- «Регби»;
- «Квадрат»;
- «Пятнашки с ведением мяча»;
- «Броуновское движение».

7. Соревнования – участие в соревнованиях по футболу согласно календаря соревнований (района, муниципального округа). Зачетные занятия, педагогическое тестирование, открытые занятия, показательные выступления

Основная форма занятий – тренировка. Кроме того, занятия могут проводиться в виде турнира, соревнования, эстафеты, праздника.

Календарно-тематическое планирование рабочей программы 1-го года обучения

№ п/п	Раздел (или тема) учебно-тематического плана,	Количество часов		Дата проведения		Форма контроля/диагности
		теория	практика	по плану	по факту	
1.	Введение в программу. Инструктаж по	0,5	0,5			Протокол

	технике безопасности Форма занятия: Традиционное Теория: Инструктаж по технике безопасности. Практика: выполнение нормативов ОФП					выполнения нормативов ОФП
2.	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Теория: Правила игры в футбол.	0,5	0,5			
3.	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	-	1			
4.	Ведение мяча различными частями стопы. Игра «пятнашки» Теория: История возникновения и развития игры в футбол.	0,5	0,5			
5.	Ведение мяча с изменением направления. Игра «хвостики» Форма занятия: Традиционное	-	1			
6.	Ведение мяча с заданием. Эстафеты с мячами.	-	1			
7.	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Ускорения из различных положений.	-	1			
8.	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы Теория: Здоровый образ жизни – режим дня.	0,5	0,5			
9.	Удар внутренней стороной стопы. Передачи в парах. Эстафеты.	-	1			
10.	Удар внутренней стороной стопы. Передачи в парах в движении.	-	1			
11.	Совершенствование техники ведения мяча. Жонглирование. Игра «пятнашки по номерам»	-	1			
12.	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника Теория: Здоровый образ жизни – питание и гигиена.	0,5	0,5			
13.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Передачи в парах. Ускорения из различных положений.	-	1			
14.	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника.	-	1			
15.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Теория: О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты.	0,5	0,5			
16.	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы.	-	1			
17.	Удар по летящему мячу средней частью подъема. Эстафеты.	-	1			
18.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема.	-	1			
19.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Теория: О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты.	0,5	0,5			
20.	Обманные движения (финты). Беговые упражнения.	-	1			

21.	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы.	-	1			
22.	Обманные движения (финты). Игра «пятнашки».	-	1			
23.	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	0,5			
24.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
25.	Игровые упражнения 1x1.	-	1			
26.	Игровое упражнение «стенка»	-	1			
27.	Обманные движения (финты). Удары по воротам серединой подъема.	-	1			
28.	Игровое упражнение «стенка». 2x1. Беговые упражнения. Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	0,5			
29.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	-	1			
30.	Обманные движения (финты). Удары по воротам. Ускорения из различных положений.	-	1			
31.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
32.	Игровое упражнение «стенка». 2x1. Удары по воротам. Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	0,5			
33.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Ускорения из различных положений	-	1			Тестирование
34.	Обманные движения (финты). Удары по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	1			
35.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	-	1			
36.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Удары по воротам.	-	1			
37.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Эстафеты. Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы,	0,5	0,5			

	костно-связочный аппарат и обмен веществ.					
38.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема.	-	1			
39.	Резаные удары. Игра «квадрат 4x1»	-	1			
40.	Удар по мячу серединой лба. Передачи в движении.	-	1			
41.	Удар боковой частью лба. Ведение с заданием.	-	1			
42.	Остановка катящегося мяча подошвой. Игровые упражнения 1x1, 2x1.	-	1			
43.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Эстафеты.	-	1			
44.	Остановка мяча грудью. Игра «квадрат 4x1».	-	1			
45.	Совершенствование техники ведения мяча. Удары после ведения.	-	1			
46.	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо.	-	1			
47.	Отбор мяча подкатом. Борьба за мяч. Игра «квадрат 4x1». Теория: Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	0,5			
48.	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом.	-	1			
49.	Обводка стоек, удар по воротам. Игровые упражнения 1x1, 2x1. Эстафеты.	-	1			
50.	Финт остановкой. Совершенствование техники перемещений и владения мячом.	-	1			
51.	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Отбор мяча.	-	1			
52.	Тактические действия в нападении. Удар по воротам.	-	1			
53.	Игра «пятнашки». Совершенствование техники ведения мяча.	-	1			
54.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра.	-	1			
55.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Игра «ручной мяч» Теория: Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	0,5			
56.	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Форма занятия: Традиционное	-	1			
57.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Ускорения из различных положений.	-	1			
58.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема.	-	1			
59.	Обманные движения (финты). Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
60.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра	-	1			

61.	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Ускорения из различных положений.	-	1			
62.	Тактические действия в нападении. Удар по воротам.	-	1			
63.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	-	1			
64.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра.	-	1			Тестирование
65.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Игра «ручной мяч» Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	0,5			
66.	Обводка стоек, удар по воротам. Игровые упражнения 1х1, 2х1. Эстафеты.	-	1			
67.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема.	-	1			
68.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	-	1			
69.	Игровые упражнения 1х1, 2х1, 3х1 Эстафеты.	-	1			
70.	Сдача нормативов.	-	1			Протокол выполнения нормативов ОФП
71.	Игровые упражнения «удержание мяча». Удары по воротам.	-	1			
72.	Итоговое занятие. Подведение итогов года.	-	1			

Обеспечение реализации программы:

Основной формой обучения является **занятие-тренировка**.

Возможны и другие формы занятий: комбинированное занятие, тренинг, игра, праздник, зачет, конкурс, эстафета, соревнование, фестиваль, творческая встреча.

Возможные методы, используемые на занятии:

- Словесный (устное изложение, беседа, анализ текста и т.д.).
- Наглядный (показ видеоматериалов, иллюстраций, наблюдения, показ педагога, работа по образцу и т.д.).
- Практический (Тренинг, упражнения, лабораторные работы и т.д.).

Формы организации деятельности учащихся:

- Фронтальная - одновременная работа всех учащихся.
- Коллективная - организация проблемно- поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми.
- Индивидуально-фронтальная - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы.
- Групповая - организация работы по малым группам.
- В парах - организация работы по парам.

- Индивидуальная.

Методическое обеспечение реализации дополнительной образовательной программы.

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итога
1.	Теоретическая подготовка	Традиционная, беседы, просмотр телепередач, тестирование, зачеты, беседы с родителями, общие собрания учащихся и родителей, творческие встречи.	Диалог, анализ выступлений, показ, решение проблемных ситуаций. Словесный, наглядный, практический (судейство), индивидуальный.	Использование специальной литературы, наглядных пособий по темам.	Опрос учащихся, судейство соревнований.
2.	Практическая подготовка	Комбинированное занятие, игра, праздник, зачет, эстафета, соревнование, репетиция.	Игры, упражнения, репродуктивный, коллективный, индивидуально-фронтальный, групповой, в парах.	Таблица оценки тестовых испытаний детей 8-12 лет. Схемы, иллюстрации.	Зачет, открытое занятие для родителей, самоанализ, сдача контрольно-переводных нормативов, соревнования.

Техническое оснащение:

Оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 x15 м

- Ворота (2 шт)
- Мячи футбольные (8 шт)
- Свисток (1 шт)
- Секундомер (1 шт)

Кадровое обеспечение. По программе может работать педагог со специальным образованием по физической культуре и спорту.

Описание учебно - методического комплекса

<i>Компоненты учебно - методического комплекса</i>	<i>Для педагога, учащихся и родителей</i>
Информационные, справочные материалы.	Словарь специальных терминов с пояснениями. Условия приема в секцию. Папка «СМИ о спорте», папка. «Нормативные документы», должностная инструкция педагога доп. образования, инструкции по технике безопасности.
Тематические методические пособия, разработки.	Методические разработки по темам программы
Дидактические игры.	Папка «Футбол». Вопросы к викторинам «Олимпийский урок».
Таблицы, схемы, плакаты, картины, фотографии, портреты.	Таблица нормативов по ОФП,
Раздаточный материал (Карточки, образцы работ, памятки и др.)	Карты комплексов ОРУ для зарядки, карты комплексов корректирующих упражнений.
Сценарии	Сценарии спортивно- игровых программ (для проведения праздников)
Обобщенный опыт (Фото, рефераты, и др.)	Фотоотчеты, портфолио педагога

Методики психолого-педагогической диагностики личности:	
Анкеты	При приеме в коллектив (для детей, родителей): выявление интересов ребенка, способностей, исполнительской дисциплины.
Тесты	На проверку уровня физ.подготовленности.
Опросники	Для выявления мотивации
Игры	
Диагностические карты	Психолого-педагогическая характеристика обучающихся
Тематические, авторские, комплексные методики	
Памятки для детей и родителей	Правила внутреннего распорядка и техники безопасности, расписание занятий, требования по ТБ в спортзале.
Методики педагогической диагностики коллектива:	
Анкеты	«Определение удовлетворенности дополнительным образованием» (для родителей)
Тесты	На выявление лидера
Опросники	На самочувствие в коллективе
Игры	Игротренинг на коллективное взаимодействие

Список литературы:

Литература в адрес педагогов:

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы / Для учителей общеобразовательных учреждений // 7 издание. Москва Просвещение 2010 г.// авт. Доктор пед. наук В.И. Лях, канд. пед. наук А.А. Зданевич
2. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся: 1 – 11 классы / В.И. Лях, А.А.Зданевич // Физкультура в школе. -2004. -№1
3. Настольная книга учителя физической культуры / авт.- сост. Г.И. Погадаев; под ред. Л.Б.Кофмана.-М: Физкультура и спорт,
4. Настольная книга учителя физической культуры: справ.- метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Изд- во Астрель»
5. Каинов А.Н. Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях. – Волгоград: ВГАФК
6. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. – М.: ФиС, 2000.
7. Петров В.К. Сила нужна всем. – М.: ФиС,1977.
8. Подвижные и спортивные игры с мячом. П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – М.; Планета, 2015. – 224стр.
9. Бриедис А.А., Коротков И.М. Подвижные игры. – М.: ФиС, 1982.
10. Геллер Е.М. Спортивные развлечения и игры. – Мн., Беларусь, 1971.
11. Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и школе; Учебно-методическое пособие – М...: Советский спорт. 2005 - 40 с.
12. Фёдорова Н.А. Физическая культура: подвижные игры. ФГОС / Н.А. Фёдорова – М.; Издательство «Экзамен», 2016 – 63 с.

Литература в адрес учащихся:

1. Гамза Н.А., Разживин А.И., Миронов В.М. и др. Подружитесь с физкультурой. – Мн.: Полымя, 1985.
2. института физкультуры имени П.В Лесгафта.
3. Железняк Ю.Д. Подготовка юных футболистов.
4. Маслаченко В. Футбол- это жизнь.
5. Методические разработки по футболу с начинающими футболистами. Кафедра спортивных игр

Список литературы для родителей.

1. [Заваров А.: Футбол. - СПб: Питер, 2010](#)
2. [Андреев С.Н.: Мини-футбол в школе. - М.: Советский спорт, 2006](#)

3. [Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2007](#)

Перечень электронных образовательных ресурсов.

<http://www.minsport.gov.ru/>

<http://spo.1september.ru/urok/>

<http://www.uchportal.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/Press/ТРФК/>

<http://www.fizkult-ura.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

Приложение 1

**Контрольные нормативы и испытания
по физической культуре для учащихся начальной школы
7-11 лет**

Контрольные нормативы и испытания по физической культуре для начальной школы, составлены на основе Примерной программы общего образования и в соответствии с Комплексной программой физического воспитания учащихся (авторы – В.И.лях, А.А.Зданевич 2010 г.), и программы Образовательных учреждений Физическая культура Начальные классы 1- 4 классы (автор А.П.Матвеев 2010 г.) С целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения. Контрольные испытания рекомендуется проводить в начале и в конце учебного года (1-й год обучения) и в конце 2-го и 3-го года обучения с целью выявления динамики физического развития учащихся и более правильного распределения нагрузки на занятиях..

Контрольные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств

№ п/п	Нормативы; испытания.	Мальчи ки/ девочки	Оценка уровня развития навыков, умений, двигательных качеств		
			Высоки й уровень	Средни й уровень	Низкий уровень
1	Челночный бег 3x10 м (сек.)	м	.8.8	9.9	10.2
		д	9.3	10.3	10.8

2	Прыжок в длину с места (см)	м	155	125	110
		д	150	110	90
3	Выносливость 6 мин. бег	м	1200	850	800
		д	950	650	550
4	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	+	+	+
		д	+	+	+
5	Гибкость наклон вперед из положения сидя	д	9+	3	1-
		д	12.5+	9	2-

6	Приседания (кол-во раз/мин)	м	+	+	+
		д	+	+	+
7	Многоскоки- 8 прыжков м.	м			
		д			

Диагностика освоения программы (аналитическая справка)

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во уч-ся % от общего количества в группе
1. Теоретическая подготовка учащихся			
Теоретические знания	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	Начальный уровень Овладел менее чем ½ объема знаний, умений и навыков, предусмотренных программой.	
		Средний уровень Объем усвоенных знаний составляет более ½	
		Высокий уровень Освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Начальный уровень Избегает употреблять специальные термины.	
		Средний уровень Сочетает специальную терминологию с бытовой.	
		Высокий уровень Специальные термины употребляет осознанно.	
2. Практическая подготовка учащихся			
Практические умения и навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Начальный уровень Овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	
		Средний уровень Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	
		Высокий уровень Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.	
Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный уровень Креативность в работах отсутствует.	
		Средний уровень В работах проявляется начальный (элементарный) уровень развития креативности. В состоянии	
		Высокий уровень Творческий уровень. Выполняет практические задания с элементами	
3. Степень сформированности УУД (регулятивные, познавательные)			
Учебно-коммуникативные навыки,	Коммуникативная активность (в общении с педагогом)	Начальный уровень Испытывает затруднения при работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога. При использовании дистанционных	

		Средний уровень. Умеет слушать и выполняет задания, данные педагогом. Обращается за помощью при необходимости. При	
		Высокий уровень. Работает самостоятельно. Активно общается	
Общеучебные умения и навыки учащихся	Умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, находить необходимую информацию, в том числе с помощью	Начальный уровень. Затрудняется самостоятельно выделять и формулировать познавательную	
		Средний уровень. Выделяет и формулирует познавательную цель с помощью наводящих вопросов,	
		Высокий уровень. Умения ярко выражены	

Выводы по аналитической справке

Оцениваемые параметры	Количество учащихся, освоивших программу (средний %)		
	На начальном уровне	На среднем уровне	На высоком уровне
Теоретическая подготовка			
Практическая подготовка			
Степень сформированности УУД			
Итого (средний процент по уровням)			

Приложение 3

Карта педагогического мониторинга

№ п/п	ФИО обучающегося	Предметные результаты освоения программы				Метапредметные результаты освоения программы				Результаты личностного развития детей в процессе освоения программы				Уровень освоения программы
		В	П	И	Итого	В	П	И	Итого	В	П	И	Итого	
1.	Иванов И.И.	3	2	2	7									

Сокращенные обозначения:

В-входной контроль П-промежуточный И –итоговый

Оценка уровня освоения программы (в баллах):

	группе																			
4.	Может обратиться с просьбой к педагогу																			
5.	Уважительно относиться к педагогу и соблюдает необходимую дистанцию в общении с ним																			
6.	Прислушивается к замечаниям и требованиям педагога, старается их выполнить																			
7.	Соблюдает принятые в группе правила поведения и общения																			
8.	Достаточно активен на занятии, стремится проявить свои знания, умения, навыки																			
III	ОТНОШЕНИЕ К ЗАНЯТИЯМ																			
1.	Редко пропускает занятия																			
2.	Проявляет заинтересованность в достижении успеха																			
3.	Усваивает теоретический и практический материал																			
4.	Проявляет творческие способности																			
IV	ВЫВОДЫ: Объем учебной программы освоен в полной мере																			

**Аналитическая справка
по результатам анкетирования (тестирования, опроса)
учащихся**

Цель: составление психолого-педагогической характеристики обучающихся (по итогам наблюдения)

Сроки проведения:

Кто проводил:

В исследовании принимали участие воспитанники __ года обучения

кол-ве __ чел.

Выявлено:

№ критерия	Особенности учебной деятельности (%)	Особенности поведения и общения (%)	Отношения к занятиям (%)
1	да – % нет - % иногда –%	да – % нет - % иногда –%	да – % нет - % иногда –%
2	да – % нет - % иногда –%		
3	да – % нет - % иногда –%		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К дополнительной общеразвивающей программе
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВОЧЕК»

на 2024-2025 учебный год
2-й год обучения

Задачи программы:

Обучающие.

- Научить соблюдать технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Продолжать обучать правилам и двигательным действиям в футболе;
- Знать и использовать терминологию данного вида спорта.

Развивающие:

- формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития,
- продолжать развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Оздоровительные:

- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие.
- воспитание физических качеств в соответствии с возрастными, половыми и индивидуальными особенностями учеников.

Воспитательные:

- воспитание моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями;

Ожидаемые результаты

Предметные.

Освоив программу, учащиеся будут:

знать

- Технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Основные технико-тактические действия и приемы в футболе;
- Международные соревнования и современные олимпийские игры;
- Основы знаний судейства соревнований по футболу;

Уметь выполнять

- Технику передвижения – комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещения, остановки, повороты, ускорения);
- Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема и внешней стороной подъема, носком, по неподвижному мячу внешней частью подъема;
- Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема;
- Варианты ударов головой и ногой без сопротивления защитника и с сопротивлением защитника;
- Варианты остановок мяча грудью;
- Ведение мяча по прямой и с изменением направления движения и скоростью ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой;
- Ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника;
- Удары по воротам на точность попадания мяча в цель;
- Совершенствование обманных движений - после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве;

- Отбор мяча - перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага;

Метапредметные:

У учащихся будут сформированы

- умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития,
- координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Учащиеся будут уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения во время занятия и следовать им

Личностные:

У учащихся будут сформированы компетентности в области

- общения и сотрудничества со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной деятельности;
- понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие

Теория. Введение в программу 2-го года обучения. Техника безопасности на занятиях. Специальная форма (костюм, обувь, принадлежности и др.) Правила поведения в спортивном зале.

Практика. Выполнение нормативов по ОФП (промежуточная диагностика)

Раздел 2. Общая физическая подготовка.

Теория. Правила выполнения упражнений

Практика. Выполнение тестов ОФП. Упражнения на снарядах, тренажерах, подвижные игры: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Теория. Значение СФП в подготовке футболистов: развития физических способностей, возможностей органов и функциональных систем, непосредственно определяющих достижения в футболе.

Практика. Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5 – 10 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 с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития координации. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. 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 мячом».

Раздел 4. Техническая подготовка

Теория. Значение технической подготовки в футболе. Необходимые для футбола технические приемы. Создание представления об «идеальной» модели технических действий. Обозначение типичных ошибок «новичка».

Практика. Движения с мячом и без мяча, которые в соответствии с правилами необходимы для проведения игры. Техника игры без мяча и с мячом.

Техника без мяча: бег и различные формы смены направления бега игрока, техника прыжков, финты без мяча и защитные позиции.

Техника с мячом: удары по мячу ногой и головой, ведение мяча, приемы отбирания мяча, финты с мячом, вбрасывание, прием мяча и вратарская техника.

Техника ударов

Удар по мячу ногой

- удар внутренней стороной стопы,
- удар внутренней частью подъема,
- удар подъемом и удар внешней частью подъема.

Удары по мячу головой

Бег по прямой, изменяя скорость и направление; бег приставным и скрестным шагом. Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Техника ведение мяча

Ведение внешней и внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров.

Приемы игры вратаря

Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и с мячом. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (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). Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой: с земли и с рук на точность.

Раздел 5. Тактическая подготовка

Теория. Значение тактической подготовки в футболе. Теоретические основы спортивной тактики. Использование разнообразных технических приемов и способов их выполнения.

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

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

Раздел 6. Правила игры

Теория. Правила игры в футбол: площадка, мяч, ворота, состав команды, результат игры.

Практика. Организация игры: амплуа игроков, время игры, начало игры, положение «аут»

Раздел 7. Итоговое занятие.

Практика. Подведение итогов за год. Выполнение контрольных нормативов по ОФП. Сообщение результатов. Задание на лето.

Календарно-тематическое планирование рабочей программы.

№ п/п	Раздел (или тема) учебно-тематического плана, форма, содержание занятия	Количество часов		Дата проведения		Форма контроля/диагности
		теория	практика	по плану	по факту	

	(теория, практика). Оборудование, пособия					
1.	Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности Форма занятия: Традиционное Теория: Инструктаж по технике безопасности. Практика: просмотр презентации. Заполнение анкеты.	0,5	0,5			Запись сведений о проведении инструктажа в журнал. Анализ анкет
2.	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное Теория: Правила игры в футбол.	0,5	0,5			
3.	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы Форма занятия: Традиционное	-	1			
4.	Ведение мяча различными частями стопы. Игра «пятнашки» Форма занятия: Традиционное Теория: История возникновения и развития игры в футбол.	0,5	0,5			
5.	Ведение мяча с изменением направления. Игра «хвостики» Форма занятия: Традиционное	-	1			
6.	Ведение мяча с заданием. Эстафеты с мячами. Форма занятия: Традиционное	-	1			
7.	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	1			
8.	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – режим дня.	0,5	0,5			
9.	Удар внутренней стороной стопы. Передачи в парах. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	1			
10.	Удар внутренней стороной стопы. Передачи в парах в движении. Форма занятия: Традиционное	-	1			
11.	Совершенствование техники ведения мяча. Жонглирование. Игра «пятнашки по номерам» Форма занятия: Традиционное	-	1			
12.	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – питание и гигиена.	0,5	0,5			
13.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Передачи в парах. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	1			
14.	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника.	-	1			

	Форма занятия: Традиционное					
15.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное Теория: О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты.	0,5	0,5			
16.	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное	-	1			
17.	Удар по летящему мячу средней частью подъема. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	1			
18.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
19.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Форма занятия: Традиционное Теория: О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты.	0,5	0,5			
20.	Обманные движения (финты). Беговые упражнения. Форма занятия: Традиционное	-	1			
21.	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное	-	1			
22.	Обманные движения (финты). Игра «пятнашки». Форма занятия: Традиционное	-	1			
23.	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	0,5			
24.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
25.	Игровые упражнения 1x1. Форма занятия: Традиционное	-	1			
26.	Игровое упражнение «стенка» Форма занятия: Традиционное	-	1			
27.	Обманные движения (финты). Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
28.	Игровое упражнение «стенка». 2x1. Беговые упражнения. Форма занятия: Традиционное Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	0,5			
29.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	1			
30.	Обманные движения (финты). Удары по воротам. Ускорения из различных	-	1			

	положений. Форма занятия: Традиционное					
31.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
32.	Игровое упражнение «стенка». 2x1. Удары по воротам. Форма занятия: Традиционное Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	0,5			
33.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	1			Тестирование
34.	Обманные движения (финты). Удары по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	1			
35.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	1			
36.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Удары по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	1			
37.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	0,5			
38.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
39.	Резаные удары. Игра «квадрат 4x1» Форма занятия: Традиционное	-	1			
40.	Удар по мячу серединой лба. Передачи в движении. Форма занятия: Традиционное	-	1			
41.	Удар боковой частью лба. Ведение с заданием. Форма занятия: Традиционное	-	1			
42.	Остановка катящегося мяча подошвой. Игровые упражнения 1x1, 2x1. Форма занятия: Традиционное	-	1			
43.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	1			
44.	Остановка мяча грудью. Игра «квадрат 4x1». Форма занятия: Традиционное	-	1			
45.	Совершенствование техники ведения мяча. Удары после ведения. Форма занятия: Традиционное	-	1			
46.	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо.	-	1			

	Форма занятия: Традиционное					
47.	Отбор мяча подкатом. Борьба за мяч. Игра «квадрат 4х1. Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	0,5			
48.	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом. Форма занятия: Традиционное	-	1			
49.	Обводка стоек, удар по воротам. Игровые упражнения 1х1, 2х1. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	1			
50.	Финт остановкой. Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	1			
51.	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Отбор мяча. Форма занятия: Традиционное	-	1			
52.	Тактические действия в нападении. Удар по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	1			
53.	Игра «пятнашки». Совершенствование техники ведения мяча. Форма занятия: Традиционное	-	1			
54.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра. Форма занятия: Традиционное	-	1			
55.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Игра «ручной мяч» Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	0,5			
56.	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Форма занятия: Традиционное	-	1			
57.	Игровые упражнения 1х1, 2х1. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	1			
58.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
59.	Обманные движения (финты). Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	1			
60.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра Форма занятия: Традиционное	-	1			
61.	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	1			
62.	Тактические действия в нападении. Удар по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	1			
63.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	-	1			

	Форма занятия: Традиционное					
64.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра. Форма занятия: Традиционное	-	1			Тестирование
65.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Игра «ручной мяч» Форма занятия: Традиционное Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	0,5			
66.	Обводка стоек, удар по воротам. Игровые упражнения 1х1, 2х1. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	1			
67.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема.	-	1			
68.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	-	1			
69.	Игровые упражнения 1х1, 2х1, 3х1 Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	1			
70.	Игра «ручной мяч». Сдача нормативов.	-	1			Тестирование
71.	Игровые упражнения «удержание мяча». Удары по воротам.	-	1			
72.	Итоговое занятие	-	1			
	ИТОГО	7	65			

Методическое обеспечение рабочей программы.

№ п/п	Раздел (тема) учебного плана	Форма занятия	Методы и приемы	Методические пособия, ЭОР	Формы контроля
1	Теоретические сведения	Лекция Беседа Рассказ Объяснение материала	Словесный метод (беседа, описание, разъяснение, рассуждение, дискуссия, диалог, рассказ, словесная оценка и коррекция, анализ текста, словесный комментарий, постановка задач)	Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987	Коллективный анализ работ
2	ОФП	Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986	Тестирование
3	Специальная подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством)	Андреев С.Н. Футбол в школе. – М., 1986	Тестирование

			педагога, выполнение упражнений)		
4	Техническая подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981	Тестирование
5	Тактическая подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985	Самостоятельная работа
6	Игровая подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Дасаев Р.Ф.: Мы все - одна команда. - М.: Физкультура и спорт, 1992	Контрольное занятие
7	Соревнования	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986	Игра Самоанализ

- 572;

Литература

Список литературы для педагога.

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
11. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986
13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984

Список литературы для детей.

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980
3. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981

4. Авт.-сост. Ю.С. Лукашин. Я учусь играть в футбол: Энциклопедия юного футболиста. [М.: Лабиринт Пресс, 2004](#)
5. [Дасаев Р.Ф.: Мы все - одна команда. - М.: Физкультура и спорт, 1992](#)
6. [Тюленьков С.Ю.: Футбол в зале: система подготовки. - М.: Терра-Спорт, 2000](#)

Список литературы для родителей.

1. [Заваров А.: Футбол. - СПб: Питер, 2010](#)
2. [Андреев С.Н.: Мини-футбол в школе. - М.: Советский спорт, 2006](#)
3. [Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2007](#)

Приложение 1

Диагностика освоения программы (аналитическая справка)

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во уч-ся % от общего количества в группе
1. Теоретическая подготовка учащихся			
Теоретические знания	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	Начальный уровень Овладел менее чем ½ объема знаний, умений и навыков, предусмотренных программой.	
		Средний уровень Объем усвоенных знаний составляет более ½	
		Высокий уровень Освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Начальный уровень Избегает употреблять специальные термины.	
		Средний уровень Сочетает специальную терминологию с бытовой.	
		Высокий уровень Специальные термины употребляет осознанно.	
2. Практическая подготовка учащихся			
Практические умения и навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Начальный уровень Овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков.	
		Средний уровень Объем усвоенных умений и навыков составляет более ½.	
		Высокий уровень Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.	
Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный уровень Креативность в работах отсутствует.	
		Средний уровень В работах проявляется начальный (элементарный) уровень развития креативности. В состоянии	

3.	Понимает требования педагога и старается их выполнить																		
4.	При возникновении трудностей на занятии прилагает усилия для их преодоления																		
5.	Сохраняет удовлетворительную работоспособность в течение всего занятия																		
II	ОСОБЕННОСТИ ПОВЕДЕНИЯ И ОБЩЕНИЯ																		
1.	Активен в общении со сверстниками																		
2.	Не провоцирует конфликты со сверстниками																		
3.	Имеет постоянных приятелей в группе																		
4.	Может обратиться с просьбой к педагогу																		
5.	Уважительно относиться к педагогу и соблюдает необходимую дистанцию в общении с ним																		
6.	Прислушивается к замечаниям и требованиям педагога, старается их выполнить																		
7.	Соблюдает принятые в группе правила поведения и общения																		
8.	Достаточно активен на занятии, стремится проявить свои знания, умения, навыки																		
III	ОТНОШЕНИЕ К ЗАНЯТИЯМ																		
1.	Редко пропускает занятия																		
2.	Проявляет заинтересованность в достижении успеха																		
3.	Усваивает теоретический и практический материал																		
4.	Проявляет творческие способности																		
IV	ВЫВОДЫ: Объем учебной программы освоен в полной мере																		

**Аналитическая справка
по результатам анкетирования (тестирования, опроса)
учащихся**

Цель: составление психолого-педагогической характеристики обучающихся (по итогам наблюдения)

Сроки проведения:

Кто проводил:

В исследовании принимали участие воспитанники ___ года обучения

кол-ве ___ чел.

Выявлено:

№ критерия	Особенности учебной деятельности (%)	Особенности поведения и общения (%)	Отношения к занятиям (%)
1	да – %	да – %	да – %

	нет - % иногда –%	нет - % иногда –%	нет - % иногда –%
2	да – % нет - % иногда –%		
3	да – % нет - % иногда –%		

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К дополнительной общеразвивающей программе
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВОЧЕК»

на 2024-2025 учебный год
3-й год обучения

Задачи программы:

Обучающие.

- Научить соблюдать технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Обучить правилам и двигательным действиям в футболе;
- Дать представление о терминологии, используемой в данном виде спорта.

Развивающие:

- Продолжать формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития,
- Продолжать развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Оздоровительные:

- Содействовать разностороннему физическому развитию.
- Укрепление физических качеств в соответствии с возрастными, половыми и индивидуальными особенностями учеников.

Воспитательные:

- воспитание моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями;

Ожидаемые результаты

Предметные.

Освоив программу, учащиеся будут:

знать

- Технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Основные технико-тактические действия и приемы в футболе;
- Международные соревнования и современные олимпийские игры;
- Основы знаний судейства соревнований по футболу;

Уметь выполнять

- Технику передвижения – комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещения, остановки, повороты, ускорения):

- Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема и внешней стороной подъема, носком, по неподвижному мячу внешней частью подъема;
- Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема;
- Варианты ударов головой и ногой без сопротивления защитника и с сопротивлением защитника;
- Варианты остановок мяча грудью;
- Ведение мяча по прямой и с изменением направления движения и скоростью ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой;
- Ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника;
- Удары по воротам на точность попадания мяча в цель;
- Совершенствование обманных движений - после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве;
- Отбор мяча - перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага;

Метапредметные:

У учащихся будут сформированы

- умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития,
- координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений), скоростно-силовых способностей.

Учащиеся будут уметь совместно договариваться о правилах общения и поведения во время занятия и следовать им

Личностные:

У учащихся будут сформированы компетентности в области

- общения и сотрудничества со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной деятельности;
- понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;

1. Теоретические сведения

- Правила техники безопасности на занятиях по футболу;
- История возникновения и развития игры в футбол;
- Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека;
- Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ;
- О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты

2. ОФП

- Общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения);
- Общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону);
- Общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук).
- Наклоны в различных исходных положениях самостоятельно и в парах;
- Махи ногами в различных направлениях с максимальной амплитудой.

Эстафеты:

- С мячом;
- С предметами на развитие ловкости, быстроты, координации движения.

3. Специальная подготовка

- Старты из различных положений;
- Бег с максимальной скоростью 30, 60 метров;
- Прыжки (в длину с места, на одной и двух ногах, через скакалку);

- Поднимание туловища из положения лежа;
- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- Подтягивание на высокой перекладине.

- Ведение мяча – внешней и внутренней частью подъема, серединой подъема и носком, внутренней стороной стопы, по прямой с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, увеличивая скорость и закрывая мяч телом с пассивным сопротивлением защитника;
- Обманные движения – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве;
- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага, на точность и дальность под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру

4.Техническая подготовка

- Техника игры вратаря – основная стойка вратаря, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча на выходе из ворот без падения и в падении, перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком, ладонями, пальцами рук без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, перевод мяча через перекладину ворот ладонями в прыжке, бросок мяча одной рукой из-за плеча с боковым замахом и снизу на точность, выбивание мяча ногой с земли и с рук на точность и дальность;

5.Тактическая подготовка

Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения в свободное место с целью получения мяча);
- Индивидуальные действия с мячом (использование изученных способов удара по мячу, ведения и остановок мяча в зависимости от игровой ситуации);
- Групповые действия (выполнение передачи в ноги партнеру, на свободное место и удар, выполнение простейших комбинаций в стандартных положениях - начало игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывание мяча);
- Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке финтом и через центр).

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изучаемым способом в зависимости от игровой ситуации);
 - Групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);
 - Тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот);
 - Командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).
- Тактика свободного нападения;

- Позиционное нападение с изменением позиций игроков;
- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1, с атакой и без атаки ворот;

6. Игровая подготовка

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров;
- Тренировочные игры по футболу
- Игра и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2 и 3:3.
- «Регби»;
- «Квадрат»;
- «Пятнашки с ведением мяча»;
- «Броуновское движение».

7. Соревнования – участие в соревнованиях по футболу согласно календаря соревнований (района, муниципального округа). Зачетные занятия, педагогическое тестирование, открытые занятия, показательные выступления

Основная форма занятий – традиционное (тренировка). Кроме того, занятия могут проводиться в виде турнира, соревнования, эстафеты, праздника.

Календарно-тематическое планирование рабочей программы 3-го года обучения

№ п/п	Раздел (или тема) учебно-тематического плана, форма, содержание занятия (теория, практика). Оборудование, пособия	Количество часов		Дата проведения		Форма контроля/диагностики
		теория	практика	по плану	по факту	
73.	Введение в программу. Инструктаж по технике безопасности Форма занятия: Традиционное Теория: Инструктаж по технике безопасности. Практика: просмотр презентации. Заполнение анкеты.	0,5	1,5			Запись сведений о проведении инструктажа в журнал. Анализ анкет
74.	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное Теория: Правила игры в футбол.	0,5	1,5			
75.	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы Форма занятия: Традиционное	-	2			
76.	Ведение мяча различными частями стопы. Игра «пятнашки» Форма занятия: Традиционное Теория: История возникновения и развития игры в футбол.	0,5	1,5			
77.	Ведение мяча с изменением направления. Игра «хвостики» Форма занятия: Традиционное	-	2			
78.	Ведение мяча с заданием. Эстафеты с мячами. Форма занятия: Традиционное	-	2			
79.	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	2			
80.	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	0,5	1,5			

	Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – режим дня.					
81.	Удар внутренней стороной стопы. Передачи в парах. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	2			
82.	Удар внутренней стороной стопы. Передачи в парах в движении. Форма занятия: Традиционное	-	2			
83.	Совершенствование техники ведения мяча. Жонглирование. Игра «пятнашки по номерам» Форма занятия: Традиционное	-	2			
84.	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – питание и гигиена.	0,5	1,5			
85.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Передачи в парах. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	2			
86.	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника. Форма занятия: Традиционное	-	2			
87.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное Теория: О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты.	0,5	1,5			
88.	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное	-	2			
89.	Удар по летящему мячу средней частью подъема. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	2			
90.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
91.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Форма занятия: Традиционное Теория: О вреде курения и алкоголизма на спортивные результаты.	0,5	1,5			
92.	Обманные движения (финты). Беговые упражнения. Форма занятия: Традиционное	-	2			
93.	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное	-	2			
94.	Обманные движения (финты). Игра «пятнашки». Форма занятия: Традиционное	-	2			
95.	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Форма занятия: Традиционное Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы,	0,5	1,5			

	костно-связочный аппарат и обмен веществ.					
96.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
97.	Игровые упражнения 1x1. Форма занятия: Традиционное	-	2			
98.	Игровое упражнение «стенка» Форма занятия: Традиционное	-	2			
99.	Обманные движения (финты). Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
100.	Игровое упражнение «стенка». 2x1. Беговые упражнения. Форма занятия: Традиционное Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	1,5			
101.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	2			
102.	Обманные движения (финты). Удары по воротам. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	2			
103.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
104.	Игровое упражнение «стенка». 2x1. Удары по воротам. Форма занятия: Традиционное Теория: Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	1,5			
105.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	2			Тестирование
106.	Обманные движения (финты). Удары по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	2			
107.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	2			
108.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Удары по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	2			
109.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека - на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательные системы, костно-связочный аппарат и обмен веществ.	0,5	1,5			

110.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
111.	Резаные удары. Игра «квадрат 4x1» Форма занятия: Традиционное	-	2			
112.	Удар по мячу серединой лба. Передачи в движении. Форма занятия: Традиционное	-	2			
113.	Удар боковой частью лба. Ведение с заданием. Форма занятия: Традиционное	-	2			
114.	Остановка катящегося мяча подошвой. Игровые упражнения 1x1, 2x1. Форма занятия: Традиционное	-	2			
115.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	2			
116.	Остановка мяча грудью. Игра «квадрат 4x1». Форма занятия: Традиционное	-	2			
117.	Совершенствование техники ведения мяча. Удары после ведения. Форма занятия: Традиционное	-	2			
118.	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Форма занятия: Традиционное	-	2			
119.	Отбор мяча подкатом. Борьба за мяч. Игра «квадрат 4x1». Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	1,5			
120.	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом. Форма занятия: Традиционное	-	2			
121.	Обводка стоек, удар по воротам. Игровые упражнения 1x1, 2x1. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	2			
122.	Финт остановкой. Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	2			
123.	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Отбор мяча. Форма занятия: Традиционное	-	2			
124.	Тактические действия в нападении. Удар по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	2			
125.	Игра «пятнашки». Совершенствование техники ведения мяча. Форма занятия: Традиционное	-	2			
126.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра. Форма занятия: Традиционное	-	2			
127.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Игра «ручной мяч» Форма занятия: Традиционное Теория: Здоровый образ жизни – режим,	0,5	1,5			

	питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.					
128.	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Форма занятия: Традиционное	-	2			
129.	Игровые упражнения 1x1, 2x1. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	2			
130.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
131.	Обманные движения (финты). Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
132.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра Форма занятия: Традиционное	-	2			
133.	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Ускорения из различных положений. Форма занятия: Традиционное	-	2			
134.	Тактические действия в нападении. Удар по воротам. Форма занятия: Традиционное	-	2			
135.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	2			
136.	Беговые упражнения. Двухсторонняя игра. Форма занятия: Традиционное	-	2			Тестирование
137.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Игра «ручной мяч» Форма занятия: Традиционное Здоровый образ жизни – режим, питание и гигиена, значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека.	0,5	1,5			
138.	Обводка стоек, удар по воротам. Игровые упражнения 1x1, 2x1. Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	2			
139.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Удары по воротам серединой подъема. Форма занятия: Традиционное	-	2			
140.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Форма занятия: Традиционное	-	2			
141.	Игровые упражнения 1x1, 2x1, 3x1 Эстафеты. Форма занятия: Традиционное	-	2			
142.	Игра «ручной мяч». Сдача нормативов. Форма занятия: Традиционное	-	2			Тестирование
143.	Подведение итогов года. Выполнение нормативов	-	2			
144.	Итоговое занятие	-	2			
	ИТОГО	7	137			

Методическое обеспечение рабочей программы.

№ п/п	Раздел (тема) учебного плана	Форма занятия	Методы и приемы	Методические пособия, ЭОР	Формы контроля
-------	------------------------------	---------------	-----------------	---------------------------	----------------

1	Теоретические сведения	Лекция Беседа Рассказ Объяснение материала	Словесный метод (беседа, описание, разъяснение, рассуждение, дискуссия, диалог, рассказ, словесная оценка и коррекция, анализ текста, словесный комментарий, постановка задач)	Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987	Коллективный анализ работ
2	ОФП	Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986	Тестирование
3	Специальная подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986	Тестирование
4	Техническая подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981	Тестирование
5	Тактическая подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985	Самостоятельная работа
6	Игровая подготовка	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Дасаев Р.Ф.: Мы все - одна команда. - М.: Физкультура и спорт, 1992	Контрольное занятие
7	Соревнования	Объяснение материала Самостоятельная работа	Практический метод (самостоятельная работа, работа под руководством педагога, выполнение упражнений)	Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986	Игра Самоанализ

Литература

Список литературы для педагога.

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
11. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986
13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984

Список литературы для детей.

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980
3. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981
4. Авт.-сост. Ю.С. Лукашин. Я учусь играть в футбол: Энциклопедия юного футболиста. [М.: Лабиринт Пресс, 2004](#)
5. [Дасаев Р.Ф.: Мы все - одна команда. - М.: Физкультура и спорт, 1992](#)
6. [Тюленьков С.Ю.: Футбол в зале: система подготовки. - М.: Терра-Спорт, 2000](#)

Список литературы для родителей.

1. [Заваров А.: Футбол. - СПб: Питер, 2010](#)
2. [Андреев С.Н.: Мини-футбол в школе. - М.: Советский спорт, 2006](#)
3. [Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2007](#)

Приложение 1

Контрольные нормативы для полевых игроков и вратарей.

ОФП:

№ п/п	Контрольные нормативы	10 лет	11 лет
		12,0	11,8
		6,3	6,1
2.	Метание теннисного мяча в цель с 6 м из трех попыток (количество попаданий)	1	2
3.	Кросс без учета времени (м)	500	700
4.	Многоскоки (8 прыжков – шагов с ноги на ногу) (м)	12,5	14,5
5.	Полоса препятствий (количество баллов)	9	10
6.	Прыжок в длину с места (см)	130	140
8.	Подтягивание: на высокой перекладине из виса, кол-во раз	2	3

Для полевых игроков:

- 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.

- Бег 5х30 с ведением мяча выполняется так же, как и бег на 30 м с мячом. Все старты – с места. Время на возвращении 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.

- Для удара каждой ногой даются три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

- 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:

- Удары по воротам на точность выполняется по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м

- 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.

- 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:

- Доставание 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.

- 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.

- Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов) выполняется по коридору шириной 3 м.

Приложение 2

Диагностика освоения программы (аналитическая справка)

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Кол-во уч-ся % от общего количества в группе
1. Теоретическая подготовка учащихся			
Теоретические знания	Соответствие теоретических знаний программным требованиям	Начальный уровень Овладел менее чем ½ объема знаний, умений и навыков, предусмотренных программой.	
		Средний уровень Объем усвоенных знаний составляет более ½	

		Высокий уровень Освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.	
Владение специальной терминологией	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	Начальный уровень Избегает употреблять специальные термины.	
		Средний уровень Сочетает специальную терминологию с бытовой.	
		Высокий уровень Специальные термины употребляет осознанно.	
2. Практическая подготовка учащихся			
Практические умения и навыки	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	Начальный уровень Овладел менее чем 1/2 предусмотренных умений и навыков.	
		Средний уровень Объем усвоенных умений и навыков составляет более 1/2.	
		Высокий уровень Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.	
Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	Начальный уровень Креативность в работах отсутствует.	
		Средний уровень В работах проявляется начальный (элементарный) уровень развития креативности. В состоянии	
		Высокий уровень Творческий уровень. Выполняет практические задания с элементами	
3. Степень сформированности УУД (регулятивные, познавательные)			
Учебно-коммуникативные навыки,	Коммуникативная активность (в общении с педагогом)	Начальный уровень Испытывает затруднения при работе, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога. При использовании дистанционных	
		Средний уровень. Умеет слушать и выполняет задания, данные педагогом. Обращается за помощью при необходимости. При	
		Высокий уровень. Работает самостоятельно. Активно общается	
Общеучебные умения и навыки учащихся	Умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, находить необходимую информацию, в том числе с помощью	Начальный уровень. Затрудняется самостоятельно выделять и формулировать познавательную	
		Средний уровень. Выделяет и формулирует познавательную цель с помощью наводящих вопросов,	
		Высокий уровень. Умения ярко выражены	

Выводы по аналитической справке

Оцениваемые параметры	Количество учащихся, освоивших программу (средний %)		
	На начальном уровне	На среднем уровне	На высоком уровне

Теоретическая подготовка			
Практическая подготовка			
Степень сформированности УУД			
Итого (средний процент по уровням)			

Приложение 3

Карта педагогического мониторинга

№ п/п	ФИО обучающегося	Предметные результаты освоения программы				Метапредметные результаты освоения программы				Результаты личностного развития детей в процессе освоения программы				Уровень освоения программы
		В	П	И	Итого	В	П	И	Итого	В	П	И	Итого	
1.	Иванов И.И.	3	2	2	7									

Сокращенные обозначения:

В-входной контроль П- промежуточный И –итоговый

Оценка уровня освоения программы (в баллах):

Слабо –2 балла

Удовлетворительно- 3 балла

Хорошо – 4 балла

Отлично – 5 баллов

Критерии определения результативности.

Общая оценка уровня освоения программы:

18 – 27 баллов – программа освоена на низком уровне;

28-36 баллов – программа освоена на среднем уровне;

37-45 баллов – программа освоена на высоком уровне.

Приложение 4

Объем учебной программы освоен в полной мере																			
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Аналитическая справка
по результатам анкетирования (тестирования, опроса)
учащихся**

Цель: составление психолого-педагогической характеристики обучающихся (по итогам наблюдения)

Сроки проведения:

Кто проводил:

В исследовании принимали участие воспитанники __ года обучения

кол-ве __ чел.

Выявлено:

№ критерия	Особенности учебной деятельности (%)	Особенности поведения и общения (%)	Отношения к занятиям (%)
1	да – % нет - % иногда –%	да – % нет - % иногда –%	да – % нет - % иногда –%
2	да – % нет - % иногда –%		
3	да – % нет - % иногда –%		