

Слободо – Туринский муниципальный отдел управления образованием

Муниципальное автономное образовательное учреждение

«Слободо – Туинская средняя общеобразовательная школа № 2»

**ПРИНЯТА**

на заседании

Педагогического совета

Протокол № 1 от 28 августа 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МАОУ

«Слободо-Туинская СОШ № 2»

Сидорова О.М.

Приказ № 154-д от 28 августа 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«ШКОЛЬНЫЙ ФУТБОЛ»**

Возраст обучающихся 6,5 - 10 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Елисеев Денис Александрович

учитель физической культуры.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>I Наименование программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школьный футбол»
<b>II Направленность</b>	физкультурно-спортивная
<b>III Сведения об авторе и составители программы</b>	
1. ФИО	Елисеев Денис Александрович
2. Год рождения	1996
3. Образование	Средне специальное педагогическое
4. Должность	Учитель физической культуры
5. Квалификационная категория	первая
6. Электронный адрес, контактный телефон	dolina-2020@mail.ru 89000372720
<b>IV Сведения о программе</b>	
1.Нормативная база	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);</li> <li>- Федеральный закон РФ от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;</li> <li>- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);</li> <li>- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р; 5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;</li> <li>- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».</li> <li>- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);</li> <li>- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021№ 2 «Об утверждении норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;</li> <li>- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N 652 н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403);</li> <li>- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по</li> </ul>

- дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
  - Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями 5 по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
  - Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
  - Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
  - Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»
  - Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).
  - Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 N АБ-3924/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»)
  - Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»;
  - Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии

	с социальным сертификатом». - Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Слободо – Туринская СОШ№2» с изменениями.
2. Объем и срок освоения	1 год, 144 часа
3. Форма обучения	Очная
4. Возраст обучающихся	6,5 - 10 лет
6.Уровень программы	Базовый
7. Тип программы	Модифицированная
<b>VI. Характеристика программы</b>	
1. Цель программы	формирование и развитие у обучающихся младшего школьного возраста устойчивой потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в футбол.
2. Учебные разделы/курсы/модули (в соответствии с учебным планом)	- Теоретическая подготовка; - Техническая подготовка; - Физическая подготовка; - Тактическая подготовка; - Контрольные испытания.
3. Ведущие формы и методы образовательной деятельности	Методы: словесные, наглядные, практические (метод упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки). Формы: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.
4. Формы мониторинга	Входная диагностика: наблюдение, сдача нормативов. Промежуточная аттестация: сдача контрольных тестов и нормативов. Итоговая аттестация: анкетирование по итогам реализации программы, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Текущий мониторинг: наблюдение, тестирование, сдача нормативов.
5. Дата утверждения и последней корректировки	01.04.2022 г. 28.08.2025 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

РАЗДЕЛ1.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	стр. 5
	1.1.Пояснительная записка	стр. 5
	1.2. Цель и задачи программы	стр. 7
	1.3. Планируемые результаты	стр. 7
	1.4. Содержание программы	стр. 8
	Учебно – тематический план	стр. 8
	Содержание учебно – тематического плана	стр. 9
РАЗДЕЛ2.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	стр. 15
	2.1. Календарный учебный график	стр. 15
	2.2. Условия реализации программы	стр. 15
	2.3. Формы аттестации. Оценочные материалы	Стр. 17
	2.4. Список литературы	стр. 18
	ПРИЛОЖЕНИЕ	стр. 20

## **РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школьный футбол» (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана для разновозрастного детского объединения. По уровню освоения - общеразвивающая.

Тип программы – модифицированная. Программа разработана на основе Типовой программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол» для групп начальной подготовки (мальчики и девочки 5-6, 7-10 лет).

Программа ежегодно корректируется с учётом изменения законодательной и нормативной базы, приоритетов деятельности учреждения и педагогов студии, интересов, способностей и особенностей детей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волейбол» разработана на основании следующих **нормативно-правовых документов**:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
- Федеральный закон РФ от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р; 5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021№ 2 «Об утверждении норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 N 652 н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых" (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 N 66403);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями 5 по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»
- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).
- Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 N АБ-3924/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»)
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»;
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».
- Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Слободо – Туринская СОШ№2» с изменениями.

**Актуальность** предлагаемой образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет спрос на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, поскольку дети, занимающиеся спортом с раннего возраста, развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ на образовательные услуги обусловлен и задачами физического развития детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность физического воспитания, использование его оздоровительных, развивающих и воспитательных возможностей, формирующих у учащихся творческие способности, ценностное отношение к здоровью, нравственность.

Футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, честность, те развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Данная программа позволяет планомерно работать с детьми, объединяя их по физическим данным и подготовленности. В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении

общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

**Адресат общеразвивающей программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня «Школьный футбол» рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 6,5 лет до 10 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям данным видом спорта.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы нельзя не учитывать возрастные особенности детей, а также объективные закономерности развития, формировании систем организма, двигательных и других функций.

При планировании учебно-тренировочной работы в группах необходимо учитывать, как формируются у детей привычки, как усваиваются знания, приобретаются и совершенствуются умения, навыки при обучении. Возрастной период с 6,5 до 10 лет является наиболее благоприятным для развития «чувства мяча».

У ребят в этом возрасте период устойчивого внимания очень короткий, поэтому программой предусмотрены разнообразные короткие активные упражнения, со множеством небольших передышек. В 6 - 8 лет занятия направлены на улучшение основных двигательных навыков: бег, прыжки, повороты, перекаты и т.д. Все эти движения являются основными элементами футбола. Содержанием программы предусмотрена серия забавных и увлекательных упражнений, связанных с футболом.

В это время объяснение, рассказ тренера не приводят к серьезным сдвигам в обучении технике футбола и знакомство с механизмами ударных действий и разными по форме (относительно более простыми) действиями с мячом происходит практически спонтанно. Поэтому примерно до 10 лет методом обучения является подражание. Естественное развитие двигательной чувствительности к 10 годам практически завершается и в дальнейшем ее изменение зависит в основном только от тренировки. Юные футболисты в этом возрасте в принципе готовы осваивать практически любые по сложности технические приемы.

Ни для кого не секрет, что эффективность спортивной деятельности зависит от уровня развития двигательных качеств. В возрасте от 7 до 10 лет наблюдаются высокие темпы развития ловкости движений, гибкости. Происходит активное развитие функций двигательного анализатора. Дети младшего возраста отличаются незначительной выносливостью. Уже в 9-летнем возрасте это положительно сказывается на координации движений и значительно улучшает ее в процессе учебно-тренировочной работы. Острота мышечного чувства, а вместе с ней и точность движений, от которых также зависит быстрота освоения технических приемов игры, развивается очень быстро с 8 до 10 лет.

Набор детей в группу осуществляется без предварительного отбора, принимаются все желающие, проявляющие интерес к занятиям по мини-футболу и допущенные врачом к занятиям физической культуры. Количество детей в группе: 12 - 15 человек.

Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности.

**Уровневость программы.** Программа **базового уровня** предполагает формирование умений и навыков в области физической культуры и спорта; развитие и поддержку обучающихся, проявивших интерес и определенные способности к занятиям футболом.

#### **Объем и срок освоения программы. Режим занятий.**

Общее количество учебных часов по программе - 144 часа. В данной программе представлено содержание на 1 год обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия - 40 минут.

**Перечень форм обучения:** индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

**Перечень видов занятий:** теоретические занятия, учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания.

**Перечень форм подведения итогов:** опрос; анкетирование; мониторинг динамики развития физических качеств обучающихся; текущая, промежуточная (итоговая) аттестации; соревнования.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** формирование и развитие у обучающихся младшего школьного возраста устойчивой потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в футбол.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- обучить технике и тактике игры в футбол;
- изучить теоретические сведения об игре в футбол;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- ознакомить с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол.

*Развивающие:*

- развитие физических способностей: силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости;
- развитие устойчивого интереса к занятиям;
- развитие коммуникативных навыков и умений работать в команде;
- развитие навыков в технике владения мячом.

*Воспитательные:*

- воспитание у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- воспитание взаимодействия учащихся в команде при игре в футбол;
- воспитание потребности в укреплении здоровья посредством ОФП;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества на занятиях и соревновательной деятельности.

### **1.3. Планируемые результаты**

*Предметные:*

- знакомы с историей развития футбола;
- умеют играть в футбол с соблюдением основных правил;
- умеют выполнять игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола;
- владеют основными техниками владения мячом;
- владеют широким кругом двигательных умений и навыков, в частности, техникой естественных движений (бег, прыжки, метания и т.д.);
- владеют основными тактическими индивидуальным и командными действиями;.

*Метапредметные:*

- умеют правильно оценивать свои действия при игре в футбол;
- определяют пути достижения результатов;
- умеют распределять функции и роли в совместной игровой деятельности;
- владеют двигательными действиями, физическими упражнениями, активно их используют в физкультурно-спортивной деятельности.

*Личностные:*

- развиты физические качества: силовые, скоростные, скоростно-силовые, координационные, выносливость, гибкость;
- бережно относятся к своему здоровью;
- проявляют устойчивый интерес к занятиям;
- соблюдают нормы коллективного взаимодействия.

### **1.4. Содержание программы**

#### **Учебно - тематический план**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Теоретическая подготовка</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	Тест
1.1.	Водное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1	
1.2.	История игры в футбол.	2	1	1	
1.3.	Правила игры, соревнований.	2	1	1	
1.4.	Место занятий, оборудование	2	1	1	
<b>2.</b>	<b>Техническая подготовка.</b>	<b>56</b>	<b>14</b>	<b>42</b>	наблюдение, учебная игра
2.1	Обучение передаче мяча.	8	2	6	
2.2	Обучение остановке мяча.	8	2	<b>6</b>	
2.3	Ведение и обводка.	8	2	6	
2.4	Обучение удару мяча слета.	8	2	6	
2.5	Обучение отбору мяча у соперника.	8	2	<b>6</b>	
2.6	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	8	2	<b>6</b>	
2.7	Удары по воротам.	8	2	6	
<b>3.</b>	<b>Физическая подготовка</b>	<b>18</b>	<b>5</b>	<b>13</b>	Опрос, наблюдение

3.1.	Зачем нужна физическая подготовка. Техника безопасности при выполнении беговых упражнений	2	1	1	
3.2.	Упражнения на развитие ловкости.	4	1	3	
3.3	Упражнения на развитие быстроты.	4	1	3	
3.4	Упражнения на развитие силы.	4	1	3	
3.5	Упражнения на развитие выносливости.	4	1	3	
<b>4.</b>	<b>Тактическая подготовка.</b>	<b>40</b>	<b>5</b>	<b>35</b>	
4.1.	Тактика атаки.	8	1	7	наблюдение
4.2.	Тактика обороны.	8	1	7	
4.3.	Разборка игроков команды соперников.	8	1	7	
4.4.	Подстраховка.	8	1	7	наблюдение
4.5	Игра в меньшинстве.	8	1	7	наблюдение
<b>5.</b>	<b>Контрольные испытания.</b>	<b>22</b>	<b>0</b>	<b>22</b>	нормативы
5.1	Сдача нормативов.	4		4	
5.2	Контрольные игры.	18		18	товарищеские игры
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	<b>28</b>	<b>116</b>	

## Содержание учебно-тематического плана

### **Раздел 1. Теоретическая подготовка.**

**1.1.** Тема. Водное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

**Теория:** ознакомление обучающихся с целями и задачами программы. Инструктаж по технике безопасности. Тренировочный режим. Режим дня юного спортсмена. Спортивная форма для занятий мини- футболом. Выбор капитана. Безопасность при организации и проведении тренировки. Меры обеспечения безопасности во время соревнований. Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке.

**1.2.** Тема. История игры в футбол.

**Теория:** история возникновения футбола и развитие его в России. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.

**1.3.** Тема. Правила игры, соревнований.

**Теория:** Разбор и изучение правил игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.

**1.4.** Тема. Места занятий, оборудование.

**Теория:** Ознакомление с понятиями - площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование:

стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов. Профилактика травматизма: требования к местам проведения занятий, инвентарю, одежде, обуви.

**Форма контроля:** тест.

## **Раздел 2. Техническая подготовка.**

### **2.1. Тема. Обучение передаче мяча.**

**Теория:** понятие «передача мяча» и способы передачи мяча.

**Практика:** передачи с предварительной остановкой мяча и без остановки, передавая мяч друг другу продвигаться к воротам. Выполнение низких и полу-высоких передач. Передачи мяча в двойках и тройках.

### **2.2. Тема. Обучение остановке мяча.**

**Теория:** классификация техник остановки мяча в футболе. Техника остановки катящегося мяча.

**Практика:** остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

### **2.3. Тема. Ведение и обводка.**

**Практика:** ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

### **2.4. Тема. Обучение ударам мяча слета.**

**Практика:** удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу.

### **2.5. Тема. Обучение отпору мяча у соперника.**

**Теория:** классификация отборов мяча.

**Практика:** обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

### **2.6. Тема. Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).**

**Теория:** виды и действия команды при розыгрыше стандартных положений игры.

**Практика:** уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

### **2.7. Тема. Удары по воротам.**

**Практика:** выполнение всех ударов по мячу в ворота, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары на точность и дальность. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.

**Форма контроля:** наблюдение, учебная игра.

## **Раздел 3. Физическая подготовка.**

**3.1. Тема.** Зачем нужна физическая подготовка. Техника безопасности при выполнении беговых упражнений.

**Теория:** цели и задачи общей физической подготовки, специальной физической подготовки. Самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Контроль за физической нагрузкой по ЧСС. Техника безопасности при выполнении беговых упражнений.

**3.2. Тема.** Упражнения на развитие ловкости.

**Практика:** ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до 180°. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте. Эстафеты с элементами акробатики.

**3.3. Тема.** Упражнения на развитие быстроты.

**Практика:** специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа. Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.

**3.4. Тема.** Упражнения на развитие силы.

**Практика:** упражнения с набивным мячом (1 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.

**3.5. Тема.** Упражнения на развитие выносливости.

**Практика:** специальные упражнения для выносливости. Отжимания от пола, прыжки со скакалкой, приседания, бег, ходьба на беговой дорожке, упражнение берпи, планка, упражнения с отягощениями.

**Форма контроля:** опрос, наблюдение.

#### **Раздел 4. Тактическая подготовка.**

**4.1. Тема.** Тактика атаки.

**Теория:** способы организации атаки.

**Практика:** уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

**Форма контроля:** наблюдение.

**4.2. Тема.** Тактика обороны.

**Теория:** тактика оборонительных действий.

**Практика:** обучение любым тактическим действиям обороны против соперника без мяча и с мячом; групповым действиям в обороне; командным тактическим действиям в обороне.

**Форма контроля:** наблюдение.

**4.3. Тема.** Разборка игроков команды соперника.

**Практика:** взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

#### **4.4. Тема. Подстраховка.**

**Теория:** противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

**Практика:** уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приёмы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

**Форма контроля:** учебная игра

#### **4.5. Тема. Игра в меньшинстве.**

**Теория:** тактические схемы игры в меньшинстве.

**Практика:** уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Организация противодействия «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

**Форма контроля:** опрос, учебная игра.

### **Раздел 5. Контрольные испытания.**

#### **5.1. Тема. Сдача нормативов.**

**Практика. Форма контроля:** Сдача контрольно-тестовых упражнений по общефизической подготовке и специальной физической подготовке, технической и тактической подготовке.

#### **5.2. Тема. Контрольные игры.**

**Практика:** двусторонняя игра в мини-футбол. Подведение итогов за год.

**Форма контроля:** сдача контрольных нормативов, товарищеские игры.

## **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

### **2.1. Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	05 сентября	29 мая	36	144	2 занятия по 2 часа

Каникулы:	Аттестация:
осенние - с 29.10 по 04.11	
зимние - с 29.12. по 08.01	<i>Промежуточная сдача нормативов в течение года, соревнования.</i>
весенние - с 22.03. по 30.03	
летние - с 27.05. по 31.08.	<i>Итоговая вторая неделя мая.</i>

## 2.2.Условия реализации программы

**Кадровое обеспечение.** Реализовать программу может учитель физической культуры, имеющий среднее профессиональное или высшее профессиональное образование, соответствующее профилю настоящей дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

**Организационно- педагогические:**

- участие в общешкольных мероприятиях;
- возможность участия в районных, областных соревнованиях;
- сотрудничество с родителями и другими коллективами.

**Материально-техническое обеспечение.** Важным условием выполнения учебной программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения:

1) Спортивный зал (зал 18 на 9, палубный, бетонированный пол со спортивным покрытием, разметка, стены ровные, без выступов, температура воздуха 16-18 градусов, достаточное освещение, шумоизоляция, достаточное количество спортивного оборудования);

2) оснащение спортивного зала: деревянные скамейки, маты, шведская стенка, канат для лазанья;

- спортивный инвентарь:

- сумки для переноски мячей - 4 штуки;
- гимнастические скамейки - 2 штуки;
- гимнастические маты - 7 штук;
- скакалки - 15 штук;
- мячи футбольные (размер 4) - 30 штук;
- мячи футбольные (размер 5) - 10 штук;
- фишки – 50 штук;
- конусы – 12 штук;
- рулетка - 1 штука;
- теннисные мячи – 10 штук.

**Учебно-методическое и информационное обеспечение:**

- литература по основным разделам программы;
- журнальные подборки по темам программы;
- памятка по технике безопасности в спортивном зале;
- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки с описанием комплексов упражнений.

**Методические особенности** организации образовательного процесса.

Учебно-методический комплекс программы разработан с целью достижения более высоких результатов. В комплект входят следующие методические материалы, разработанные с учетом возрастных особенностей учащихся:

- Мультимедийные презентации: «История развития футбола», «Правила игры в футбол», «Обучение технике ударов по мячу футболе», «Основные принципы методике судейства в футболе», «Общая физическая подготовка с элементами футбола».
- Инструкции, схемы сборки, технологические карты: инструкция по охране труда при занятиях в спортивном зале (вводный инструктаж); инструкция по правилам безопасности для учащихся в спортивном зале; инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным играм (футбол).
- Дидактические материалы, содержащие план выполнения заданий, поясняющие рисунки, с указаниями типа задач и пр.

### ***Методы обучения и воспитания***

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия – семинары по судейству, где подробно развивается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по мини-футболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач рекомендуется применять разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

### **Практические методы:**

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом, по частям.

Игровой и соревновательные методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально-подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

### **Методы воспитания:**

- метод создания воспитывающих ситуаций – перед ребенком встает проблема выбора определенных решений;
- ситуация успеха - предоставление каждому ребенку максимальной возможности испытать радость успеха – предоставление каждому ребенку максимальной возможности испытать радость успеха, яркое ощущение своей нужности, востребованности и полезности.

### **Педагогические технологии**

Технология индивидуального обучения - выбор способов, темпов, приема обучения обусловлен индивидуальными особенностями детей.

Здоровьесберегающие технологии - формирование у обучающихся знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, использование полученных знаний в жизни; забота о сохранении и укреплении здоровья обучающихся.

**Педагогика сотрудничества - совместный поиск истины, созворчества.**

**Технология игровых ситуаций - организация активизирующей деятельности обучающихся через вовлечение в ролевые игры.**

Программа «Школьный футбол» основывается на общедидактических принципах научности, последовательности, системности, связи теории с практикой, доступности. В целях раскрытия педагогического и развивающего потенциала учебно-воспитательного процесса по программе акцент в ней делается на следующих принципах:

- *Доступность* - обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.
- *Систематичность* - регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнение техники их выполнения.
- *Закрепление навыков* - многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.
- *Индивидуально-дифференциальный подход* - учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.
- *Сознательность* - понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

### **2.3. Формы аттестации. Оценочные материалы**

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточного контроля обучающихся по программе осуществляется согласно календарного учебного графика.

Для определения результата усвоения программы разработан пакет контрольно-измерительных материалов, который позволяет увидеть результат деятельности каждого ребенка.

Внутренняя оценка предметных и метапредметных результатов детей включает в себя входной, текущий и промежуточный (итоговый) контроль.

Входной контроль проводится в форме сдачи нормативов с целью выявления возможностей обучающихся (см. Приложение 1).

Текущий контроль осуществляется форме опроса по основным теоретическим вопросам раздела программы (тест) (см. Приложение 2) и наблюдением за уровнем сформированности умений, предусмотренных по каждому разделу.

Формы промежуточного контроля: сдача нормативов и учебная игра.

Итоговый контроль обучающихся проводится по окончании обучения по программе. Основной показатель освоения программы - выполнение программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Формы итогового контроля: сдача контрольных нормативов и товарищеская игра.

Все результаты заносятся в итоговый «Диагностическую карту ...» (см. Приложение 3).

## **2.4. Список литературы**

*Литература для педагога:*

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. «Мини-футбол в школе», Издательство: «Советский спорт», 2006. - 224с.
2. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144 с.
3. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов. – М.: Физическая культура, 2007 – 112с.
4. Годик М.А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок: Дисс. доктора пед. наук. – М., 1982 – 373с.
5. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 112с.
6. Голомазов С.В. Футбол: теоретические основы и методика контроля технического мастерства : [учебно-методическое пособие] / Голомазов С. В., Чирва Б. Г. - [2-е изд.]. - Москва : ТВТ Дивизион, 2006. - 79с.
7. Зеленцов А.М., Лобановский В.В., Ткачук В.Г., Кондратьев А.М. Тактика и стратегия в футболе. – Киев: Здоровье, 1989 – 190с.
8. Комплексы упражнений для тренировки юных футболистов 6-12 лет. Учебно-методическое пособие. Автор: Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А.И. – 2015 г. – 143с.
9. Кузнецов В.В. Специальная силовая подготовка спортсмена. – М.: Советская Россия, 1975 – 208с.
10. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Э.Н. Алиев «Мини-футбол – игра для всех»/ Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007. - 264с.
11. Смышляев А.В. Футбол: техника игры: учебно-методическое пособие / А.В. Смышляев, Е.Э. Степанов, Э.Р. Франк. – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. – 69с.
12. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 192с.

*Литература для обучающихся:*

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт». 1998 г. 111с. с ил.
2. Андреев С.И. Играй в мини-футбол. - М.: «Советский спорт», 1989. – 47с.
3. Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия» ,2002. - 160с.

**Шкала оценки уровня физической и технической  
подготовленности обучающихся**

возраст	уровень	Общая физическая подготовка				Специальная физическая подготовка	
		юн.: сгибание и разгибание рук в упоре дев.: подтягивание в висе лежа		Прыжок в длину с места		Челночный бег 3х10м	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
6	Высокий	5	4	126	115	9.1	9.3
	Средний	4	3	124	110	9.2	9.4
	Низкий	2	1	112	90	9.4	9.6
7	Высокий	6	5	130	120	9.0	9.2
	Средний	5	4	128	115	9.1	9.3
	Низкий	3	2	115	95	9.3	9.7
8	Высокий	8	8	142	128	8.9	9.1
	Средний	7	6	138	124	9.0	9.2
	Низкий	4	3	120	118	9.2	9.5
возраст	уровень	Техническая подготовка					
		Жонглирование мячом правой левой ногой		Ведение мяча 5 м, обводка 3-х стоек змейкой и удар по воротам		Пять ударов каждой ногой по воротам на точность с места	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
6	Высокий	3	2	10.2	10.2	2	
	Средний	2	1	10.3	10.3	1	
	Низкий	1	0	10.7	10.7	0	
7	Высокий	4	3	10.1	10.3	3	
	Средний	3	2	10.2	10.4	2	
	Низкий	2	1	10.6	11.0	1	
8	Высокий	3	3	10.0	10.2	3	
	Средний	2	2	10.1	10.3	2	
	Низкий	1	1	10.4	10.5	1	

**Протокол № 1**  
**контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке,**  
**обучающихся по программе «Футбол»**

группа № \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_ кол-во человек в группе \_\_\_\_\_  
 Дата проведения тестирования « \_\_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г

№ п/п	Фамилия, имя	Полных лет	Сила		Скоростно-силовые качества		Быстрота		
			Мальчики: сгибание и разгибание рук в упоре Девочки : подтягивание в висе лежа	результат	уровень	Прыжок в длину с места	результат	уровень	Челночный бег 3х10м

Педагог дополнительного образования  
 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

**Протокол № 2**  
**контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке, обучающихся по программе**  
**«Футбол»**

группа № \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_ кол-во человек в группе \_\_\_\_\_  
 Дата проведения тестирования « \_\_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г

№ п/п	Фамилия, имя	Полных лет	Удары по воротам на точность (кол-во раз)		Ведение мяча 5-м., обводка 3-х стоек и удар по воротам (время)		Жонглирование правой и левой ногой футбольного мяча (кол-во раз)	
			результат	уровень	результат	уровень	результат	уровень

Педагог дополнительного образования  
 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

# Примерный тест по теоретическому разделу



Тренер

**Приложение 3****Приложение 4**

**Диагностическая карта  
ДООП «ШКОЛЬНЫЙ ФУТБОЛ»**

ФИО ребенка \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_ лет

Этап контроля \_\_\_\_\_ (месяц, год)

<b>№</b>	<b>Физические качества.</b>	<b>Возраст ребёнка</b>				
<b>Скоростные</b>						
1.	Бег на 10 м.					
2.	Бег на 30м.					
3.	Бег на 100м.					
<b>Координационные</b>						
4.	Челночный бег 3х10м.					
<b>Скоростно-силовые способности</b>						
5.	Прыжок в длину с места.					
<b>Сила</b>						
6.	Бросок набивного мяча из-за головы стоя.					
<b>Умение владеть мячом</b>						
7.	Удар по неподвижному мячу правой и левой ногой.					
8.	Ведение мяча по прямой					
9.	Ведение мяча змейкой и с изменением направлением.					
10.	Удар по воротам.					
11.	Передача мяча ногой друг - другу.					
12.	Участие в игрефутбол с соблюдением правил игры.					
<b>Уровень</b>						

Подпись: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Критерии оценки основных параметров диагностической карты.****Бег 10 метров (сек):**

Высокий - 2,1 сек.

Средний -2,3 сек.

Низкий -2,5 более сек.

**Бег 30 метров (сек):**

Высокий -6,3 сек

Средний -6,5

Низкий -7,0 и более сек.

**Челночный бег 3х10м**

Высокий -7,4 сек

Средний -7,6 сек

Высокий -8,0 и более сек

**Прыжок в длину с места:**

Высокий -140 см

Средний -120 см

Низкий -100 и ниже.

**Бросок набивного мяча из-за головы стоя:**

Высокий -300 см

Средний -260 см.

Низкий -175 и меньше см

**Удар по неподвижному мячу:**

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий

Средний - из 5 ударов 3 попадания

Низкий - из 5 ударов 2 и менее попаданий

**Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:**

Высокий - ведёт мяч не теряя его.

Средний – ведёт мяч с минимальными потерями мяча.

Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

**Удар по воротам:**

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий.

Средний - из 5 ударов 3 попадания.

Низкий - из 5 попаданий 2 и менее попаданий.

**Передача мяча друг – другу:**

Высокий - из 5 передач 5 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 5 передач 3 правильных.

Низкий - из 5 передач 2 и менее правильных.

## **АННОТАЦИЯ**

к дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности  
«ШКОЛЬНЫЙ ФУТБОЛ»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школьный футбол» (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана для разновозрастного детского объединения. По уровню освоения - общеразвивающая. Тип программы – модифицированная.

**Цель программы:** формирование и развитие у обучающихся младшего школьного возраста устойчивой потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в футбол.

Данная программа позволяет планомерно работать с детьми, объединяя их по физическим данным и подготовленности. В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня «Школьный футбол» рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 6,5 лет до 10 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям данным видам спорта.

Набор детей в группу осуществляется без предварительного отбора, принимаются все желающие, проявляющие интерес к занятиям по мини-футболу и допущенные врачом к занятиям физической культуры. Количество детей в группе: 12 - 15 человек.

Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности.

Общее количество учебных часов по программе - 144 часа. В данной программе представлено содержание на 1 год обучения. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия - 40 минут.