

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Очкуровская средняя школа»  
Николаевского муниципального района Волгоградской области  
(МОУ «Очкуровская СШ»)**

---

Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № 4 от 31.08.2020

**УТВЕРЖДАЮ**



Директор МОУ «Очкуровская СШ»  
Горленко Н.А.  
289/5 от 01.09.2020

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности**

**«ФУТБОЛ»**

**Срок реализации 3 года  
Возраст обучающихся - 8-18 лет**

Составитель:  
учитель физической культуры  
МОУ «Очкуровская СШ»  
Синицын Денис Александрович

Николаевский район  
С. Очкуровка  
2020 г.

## **Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования».** **Пояснительная записка.**

### **Направленность дополнительной общеобразовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

### **Актуальность.**

В настоящее время футбол - самый популярный и массовый вид спорта в мире.

Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья подрастающего поколения.

В результате занятий футболом укрепляется опорно-двигательный аппарат, укрепляются мышцы, улучшается работа кровеносной и дыхательной систем. Развивается ловкость, координация, быстрота реакции, игровое мышление, повышаются скоростно-силовые характеристики и выносливость, укрепляются морально-волевые качества игрока.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что занятия по этой программе позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, т.к. количество учебных часов, отведенных на изучение раздела «Футбол» в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и, в особенности, тактическими приемами. Программа актуальна на сегодняшний день, т.к. ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой. Систематические занятия футболом способствуют развитию у учащихся: силы, быстроты, выносливости, решительности, чувства коллективизма, а также улучшают деятельность центральной нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и др., что плодотворно сказывается на здоровье занимающихся.

**Отличительной особенностью** данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата.

**Адресат программы** – обучающиеся 8-18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний.

### **Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы.**

Программа является разноуровневой.

Группы комплектуются в соответствии с возрастными особенностями, в составе от 20 до 25 человек.

Предлагаемая программа рассчитана на 3 года обучения, 648 часов. Каждый год обучения включает в себя 10 месяцев обучения.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий:** занятия проводятся 3 раз в неделю по 2 академических часа (1 час – 45 минут) с 10 – минутным перерывом каждый час.

Первый год обучения – 216 часов.

Второй год обучения – 216 часов.

Третий год обучения – 216 часов.

### Особенности организации образовательного процесса.

Организация образовательного процесса - групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

Виды занятий - учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания, товарищеские встречи, соревнования школьного и муниципального уровня.

**Цель программы** - формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств учащихся, овладения техникой и тактикой игры в футбол и ее основными правилами.

### Задачи программы:

#### Образовательные (предметные):

- формирование необходимых теоретических знаний;
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;

#### Личностные:

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

#### Метапредметные:

- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.
- Формирование навыков овладения опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля и профессионального самоопределения.
- удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации.

### Учебный план. Содержание программы.

№ п\п	Название раздела, темы. <b>1 год обучения</b>	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>0</b>	
1.1.	Требования техники безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на стадионе.	4	4		
1.2.	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья.	4	4		
1.3.	Личная и общественная гигиена. Профилактика вредных привычек.	4	4		
1.4.	Закаливание организма.	3	3		
1.5.	Основы техники футбола.	3	3		
1.6.	Правила соревнований по футболу.	2	2		
<b>2.</b>	<b>Практические занятия:</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>Тест</b>
	Общая физическая подготовка	70		70	Тест
2.1.	Бег, ходьба, прыжки.	10		10	Тест

2.2.	Общеразвивающие упражнения.	10		10	
2.3.	Упражнения для развития физических качеств (гибкость, ловкость, подвижность в суставах, сила и т.д.).	15		15	
2.4.	Упражнения со снарядами (скакалка, набивные мячи, гантели и т.д.).	15		15	Тест
2.5.	Акробатические упражнения.	10		10	
2.6.	Подвижные игры, эстафеты.	10		10	
	Специальная физическая подготовка	30		30	
2.7.	Стойка и перемещение футболиста.	10		10	
2.8.	Расстановка игроков по зонам.	10		10	
2.9.	Подстраховка.	10		10	
	Технико-тактическая подготовка в футболе	92		92	Тест
2.10.	Игра в футбол по упрощенным правилам.	18		18	
2.11.	Техника ведения мяча.	17		17	Тест
2.12.	Техника приема мяча.	18		18	
2.13.	Техника удара по мячу.	17		17	
2.14.	Психологическая подготовка.	22		22	
<b>3.</b>	<b>Аттестация.</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	
	<b>Итого: общегодовой объём часов</b>	<b>216</b>	<b>20</b>	<b>196</b>	

№ п/п	Название раздела, темы. <b>2 год обучения</b>	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>0</b>	
1.1.	Требования техники безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на стадионе.	3	3		
1.2.	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья.	3	3		
1.3.	Личная и общественная гигиена. Профилактика вредных привычек.	3	3		
1.4.	Закаливание организма.	2	2		
1.5.	Основы техники футбола.	3	3		
1.6.	Правила соревнований по футболу.	2	2		
<b>2.</b>	<b>Практические занятия:</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>Тест</b>
	Общая физическая подготовка	70		70	Тест
2.1.	Бег, ходьба, прыжки.	10		10	Тест
2.2.	Общеразвивающие упражнения.	10		10	
2.3.	Упражнения для развития физических качеств (гибкость, ловкость, подвижность в суставах, сила и т.д.).	15		15	

2.4.	Упражнения со снарядами (скакалка, набивные мячи, гантели и т.д.).	15		15	Тест
2.5.	Акробатические упражнения.	10		10	
2.6.	Подвижные игры, эстафеты.	10		10	
	Специальная физическая подготовка	30		30	
2.7.	Стойка и перемещение футболиста.	10		10	
2.8.	Расстановка игроков по зонам.	10		10	
2.9.	Подстраховка.	10		10	
	Технико-тактическая подготовка в футболе	96		96	Тест
2.10.	Игра в футбол по упрощенным правилам.	19		19	
2.11.	Техника ведения мяча.	18		18	Тест
2.12.	Техника приема мяча.	19		19	
2.13.	Техника удара по мячу.	18		18	
2.14.	Психологическая подготовка.	22		22	
<b>3.</b>	<b>Аттестация.</b>			<b>4</b>	
	<b>Итого: общегодовой объём часов</b>	<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>	

№ п\п	Название раздела, темы.	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>3 год обучения</b>				
<b>1.</b>	<b>Теоретические занятия:</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	
1.1.	Требования техники безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на стадионе.	2	2		
1.2.	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья.	2	2		
1.3.	Личная и общественная гигиена. Профилактика вредных привычек.	2	2		
1.4.	Закаливание организма.	1	1		
1.5.	Основы техники футбола.	2	2		
1.6.	Правила соревнований по футболу.	1	1		
<b>2.</b>	<b>Практические занятия:</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>100</b>	<b>Тест</b>
	Общая физическая подготовка	70		70	Тест
2.1.	Бег, ходьба, прыжки.	10		10	Тест
2.2.	Общеразвивающие упражнения.	10		10	
2.3.	Упражнения для развития физических качеств (гибкость, ловкость, подвижность в суставах, сила и т.д.).	15		15	
2.4.	Упражнения со снарядами (скакалка, набивные мячи, гантели и т.д.).	15		15	Тест
2.5.	Акробатические упражнения.	10		10	
2.6.	Подвижные игры, эстафеты.	10		10	

	Специальная физическая подготовка	30		30	
2.7.	Стойка и перемещение футболиста.	10		10	
2.8.	Расстановка игроков по зонам.	10		10	
2.9.	Подстраховка.	10		10	
	Технико-тактическая подготовка в футболе	102		102	Тест
2.10.	Игра в футбол по упрощенным правилам.	20		20	
2.11.	Техника ведения мяча.	19		19	Тест
2.12.	Техника приема мяча.	20		20	
2.13.	Техника удара по мячу.	19		19	
2.14.	Психологическая подготовка.	23		23	
<b>3.</b>	<b>Аттестация.</b>			<b>4</b>	
	<b>Итого: общегодовой объём часов</b>	<b>216</b>	<b>10</b>	<b>206</b>	

### **Планируемые результаты 1 года обучения.**

#### **Образовательные (предметные):**

У обучающегося сформированы необходимые теоретические знания:

- об особенностях зарождения, истории футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- об основах личной гигиены, причинах травматизма при занятии футболом и правила его предупреждения;
- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;

#### **Личностные:**

- развиты волевые качества, умение работать в коллективе, развиты ответственность, дисциплинированность, чувство взаимопомощи;
- сформирован устойчивый интерес к занятиям футболом;
- сформирована потребность к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

#### **Метапредметные:**

Учащиеся обучены:

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
- приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях

### **Планируемые результаты 2 года обучения.**

#### **Образовательные (предметные):**

У обучающегося сформирована техническая и тактическая подготовленность в виде спорта - футбол.

#### **Личностные:**

- Обучающиеся имеют навык контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений,

#### **Метапредметные:**

Учащиеся обучены:

- использовать спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;

### **Планируемые результаты 3 года обучения.**

#### **Образовательные (предметные):**

Обучающиеся обучены:

- владеть игровыми ситуациями на поле, основам судейства;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей направленности, проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их.
- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в различных условиях;

**Личностные:**

- умение управлять своими эмоциями;
- сформирован навык самоорганизации, самореализации, самоконтроля и профессионального самоопределения.

**Метапредметные:**

- организовывать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

## Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

### Календарный учебный график (1 год обучения)

№ п/п	Разделы программы, темы	Месяцы												Год объе м  Часо в
		сентя брь	октяб рь	ноябр ь	декаб рь	январ ь	февра ль	март	апрел ь	май	июнь	июль	август	
<b>1.</b>	<b>Теоретические занятия</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			<b>20</b>	
1.1.	Требования техники безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на стадионе.	X				X		X			X		<b>4</b>	
1.2.	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья.		X		X		X		X				<b>4</b>	
1.3.	Личная и общественная гигиена. Профилактика вредных привычек.	X		X			X			X			<b>4</b>	
1.4.	Закаливание организма.		X					X			X		<b>3</b>	
1.5.	Основы техники футбола.				X		X		X				<b>3</b>	
1.6.	Правила соревнований по футболу.			X						X			<b>2</b>	
<b>2.</b>	<b>Практические занятия</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>		<b>100</b>	
	Общая физическая подготовка	8	8	8	8	8	6	6	6	6	6		70	
2.1.	Бег, ходьба, прыжки.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10	
2.2.	Общеразвивающие упражнения.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1		10	
2.3.	Упражнения для развития физических качеств (гибкость, ловкость, подвижность в суставах, сила и т.д.).	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1		15	
2.4.	Упражнения со снарядами	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1		15	





	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			30
2.7.	Стойка и перемещение футболиста.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.8.	Расстановка игроков по зонам.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.9.	Подстраховка.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
	Технико-тактическая подготовка в футболе	11	11	10	10	11	10	11	8	6	4			92
2.10	Игра в футбол по упрощенным правилам.	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1			18
2.11	Техника ведения мяча.	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1			17
2.12	Техника приема мяча.	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1			18
2.13	Техника удара по мячу.	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1			17
2.14	Психологическая подготовка.	3	3	2	2	3	2	3	2	2				22
<b>3.</b>	<b>Аттестация.</b>									<b>2</b>	<b>2</b>			<b>4</b>
<b>4.</b>	<b>Соревнования.</b>	По календарю												
	<b>Итого часов.</b>	24	24	23	23	24	22	22	19	19	16			<b>216</b>
	<b>Кол-во занятий.</b>	12	12	12	11	12	11	10	10	10	8			<b>108</b>

### Календарный учебный график (2 год обучения)

№ п/п	Разделы программы, темы	Месяцы												Год объем
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
<b>1.</b>	<b>Теоретические занятия</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			<b>16</b>
1.1.	Требования техники безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на стадионе.	X				X					X			<b>3</b>
1.2.	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья.		X		X				X					<b>3</b>

1.3.	Личная и общественная гигиена. Профилактика вредных привычек.	X		X			X							<b>3</b>
1.4.	Закаливание организма.		X							X				<b>2</b>
1.5.	Основы техники футбола.				X		X		X					<b>3</b>
1.6.	Правила соревнований по футболу.			X						X				<b>2</b>
<b>2.</b>	<b>Практические занятия</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>			<b>100</b>
	Общая физическая подготовка	8	8	8	8	8	6	6	6	6	6			70
2.1.	Бег, ходьба, прыжки.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.2.	Общеразвивающие упражнения.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.3.	Упражнения для развития физических качеств (гибкость, ловкость, подвижность в суставах, сила и т.д.).	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1			15
2.4.	Упражнения со снарядами (скакалка, набивные мячи, гантели и т.д.).	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1			15
2.5.	Акробатические упражнения.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.6.	Подвижные игры, эстафеты.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			30
2.7.	Стойка и перемещение футболиста.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.8.	Расстановка игроков по зонам.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.9.	Подстраховка.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
	Технико-тактическая подготовка в футболе	11	11	10	10	11	10	11	10	8	4			96
2.10.	Игра в футбол по упрощенным правилам.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1			19
2.11.	Техника ведения мяча.	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1			18
2.12.	Техника приема мяча.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1			19
2.13.	Техника удара по мячу.	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1			18
2.14.	Психологическая подготовка.	3	3	2	2	3	2	3	2	2				22
<b>3.</b>	<b>Аттестация.</b>									<b>2</b>	<b>2</b>			<b>4</b>
<b>4.</b>	<b>Соревнования.</b>	По календарю												

<b>Итого часов.</b>	24	24	22	23	24	21	22	20	20	16			<b>216</b>
<b>Кол-во занятий.</b>	12	12	12	11	12	11	10	10	10	8			<b>108</b>

### Календарный учебный график (3 год обучения)

№ п/п	Разделы программы, темы	Месяцы												Год объём
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	
<b>1.</b>	<b>Теоретические занятия</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>			<b>10</b>
1.1.	Требования техники безопасности. Правила поведения в спортивном зале и на стадионе.	X					X							<b>2</b>
1.2.	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья.		X					X						<b>2</b>
1.3.	Личная и общественная гигиена. Профилактика вредных привычек.			X					X					<b>2</b>
1.4.	Закаливание организма.									X				<b>1</b>
1.5.	Основы техники футбола.				X									<b>1</b>
1.6.	Правила соревнований по футболу.					X					X			<b>2</b>
<b>2.</b>	<b>Практические занятия</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>9</b>			<b>100</b>
	Общая физическая подготовка	8	8	8	8	8	6	6	6	6	6			70
2.1.	Бег, ходьба, прыжки.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.2.	Общеразвивающие упражнения.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.3.	Упражнения для развития физических качеств (гибкость, ловкость, подвижность в суставах, сила и т.д.).	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1			15
2.4.	Упражнения со снарядами (скакалка, набивные мячи, гантели и т.д.).	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1			15

2.5.	Акробатические упражнения.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.6.	Подвижные игры, эстафеты.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3			30
2.7.	Стойка и перемещение футболиста.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.8.	Расстановка игроков по зонам.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
2.9	Подстраховка.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1			10
	Технико-тактическая подготовка в футболе	11	11	10	10	11	10	11	10	8	4			102
2.10	Игра в футбол по упрощенным правилам.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			20
2.11	Техника ведения мяча.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1			19
2.12	Техника приема мяча.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			20
2.13	Техника удара по мячу.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1			19
2.14	Психологическая подготовка.	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2			24
<b>3.</b>	<b>Аттестация.</b>									<b>2</b>	<b>2</b>			<b>4</b>
<b>4.</b>	<b>Соревнования.</b>	По календарю												
	<b>Итого часов.</b>	24	23	22	22	23	20	21	20	20	16			<b>216</b>
	<b>Кол-во занятий.</b>	12	12	12	11	12	10	11	10	10	8			<b>108</b>

## Условия реализации программы

Данная программа может быть реализована при взаимодействии следующих составляющих ее обеспечения:

### Материально-техническое обеспечение программы.

Учебное помещение, соответствующее требованиям санитарных норм и правил, установленных СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41.

Помещение: спортивный зал МОУ «Очкуровская СШ». Спортивное оборудование, инвентарь: сетка футбольная, ворота футбольные, гимнастические скамейки, гимнастические маты, скакалки, мячи футбольные, мячи набивные, фишки.

**Кадровое обеспечение:** Высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки" или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки "Образование и педагогические науки".

### Формы аттестации

Формами аттестации программы являются:

- сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- участие в соревнованиях различного уровня (школьных, районных, региональных);
- участие в спортивных праздниках.

Перевод учащихся в группу следующего года обучения производится на основании выполнения футболистами контрольно-переводных нормативов (тестов) по общей и специальной физической подготовке. Тестирование по общей физической и технической подготовке проводится в начале и конце учебного года. Основным критерий – повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатом в начале года.

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)				
		Норматив			
		8 лет	9 лет	10 лет	
Быстрота	Бег на 30 м	6,5 с	6,0 с	5.5	
	Бег 60м со старта	12.3	11.8	11.5	
	Челночный бег 3x10 м	10.2	9,5 с	9.3	
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места	110 см	125 см	140	
	Тройной прыжок	300 м	330 м	360	
	Прыжок вверх со взмахом руками	10см	12см	14	
Выносливость	Бег 1000 метров	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	
Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)				
		Норматив			
		11-12 лет	13-14 лет	15-18 лет	
Быстрота	Бег на 15 м с высокого старта	3.0	2.9	2.8	
	Бег на 15 м с хода	2.8	2.6	2.4	

	Бег на 30 м с высокого старта	5.3	5.1	4.9
	Бег на 30 м с хода	4.7	4.6	4.5
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места	1.80	1.85	1.90
	Тройной прыжок	5.80	6.00	6.20
	Прыжок в высоту без взмаха	9	10	12
	Прыжок в высоту со взмахом рук	16	18	20
Сила	Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы	6	7	8
Техническое мастерство	Удар по мячу ногой на точность	50%	45%	40%
	Удар по мячу на дальность (сумма ударов правой и левой ногой)	25	27	30
	Обводка стоек и удар по воротам	6.8	6.7	6.6
	Вбрасывание аута	11	12	13

**Оценочные материалы** освоения программы в рамках данной образовательной программы осуществляются в ходе текущего контроля за успеваемостью, промежуточной аттестации, итоговой аттестации и представляют собой совокупность регламентированных процедур, организационную форму процесса оценивания, посредством которого тренерами-преподавателями производится оценка освоения обучающимися образовательной программы.

Оценочные материалы, обеспечивающие реализацию данной образовательной программы представлены тестовыми заданиями по оценке уровня физической, технической подготовки и контрольно-переводными нормативами.

### Контрольные тесты по общей физической подготовке (ОФП).

№ п/п	Нормативы	Оценка	Девушки			Юноши		
			1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
<b>ОФП</b>								
1	Челн.бег 3x10м	5	9,0	8,7	8,0	8,8	8,5	7,8
		4	9,4	9,0	8,4	9,2	8,8	8,2
		3	10,0	9,4	8,6	9,8	9,2	8,5
2	Прыжок в длину с места	5	145	160	170	160	180	200
		4	140	150	160	150	170	180
		3	130	140	150	140	160	170
3	Бросок набивного мяча из-за головы (1кг)	5	320	400	450	380	450	540
		4	300	350	400	330	400	480
		3	280	320	360	300	350	430

Для получения объективной информации педагогом используются следующие виды контроля:

- этапный,
- текущий,
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода тренировочных воздействий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль даёт возможность оценить состояние занимающихся в течение дня.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности юных футболистов на практике используются педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения применяется педагогом в качестве оперативного контроля. В процессе работы с футболистами педагог осуществляет свои наблюдения постоянно. Это даёт ему возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом обучающемся. Например, для изучения и оценки индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе тренировочных занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы футболистов на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, педагог получает возможность вносить изменения в педагогические воздействия на обучающихся.

### **Методические материалы.**

#### **1. Технология личностно-ориентированного обучения**

Цель использования: создание благоприятных условий для каждого воспитанника.

Основой содержания личностно-ориентированного обучения является:

- формирование у воспитанников двигательных умения и навыков, на базе которых строится учебно-тренировочный процесс;
- личностно-ориентированное обучение воспитанников в учреждениях спортивной направленности – это целенаправленное формирование личности воспитанника посредством его физического развития с учетом его способностей;
- определение уровня физического развития каждого воспитанника с помощью тестов и нормативов;
- отслеживание состояния здоровья каждого воспитанника во время проведения обязательных медицинских осмотров.

Результаты использования. Технология личностно-ориентированного обучения ориентирует воспитанников на развитие своей индивидуальности. При применении данной технологии у учителя появляется возможность работы с каждым воспитанником индивидуально, при этом индивидуальная работа ведется в рамках работы со всей учебно-тренировочной группой. Учитель имеет возможность систематизировать и учитывать индивидуальные особенности каждого воспитанника при планировании и проведении учебно-тренировочного процесса

#### **2. Игровая технология**

Цель использования: развитие познавательной активности воспитанников; повышение интереса к систематическим занятиям футболом у каждого воспитанника; создание командного духа в спортивном коллективе; повышение эмоциональности учебно-тренировочного процесса.

При проведении учебно-тренировочного процесса применяю следующие приемы игровой технологии: включение в учебно-тренировочные занятия не только общеразвивающих упражнений, но и эстафет, подвижных игр, спортивных игр; включение в учебно-тренировочные занятия элементов тактических и технических приемов таких спортивных игр, как бадминтон, волейбол, баскетбол, ручной мяч; проведение соревнований как внутри, так и между учебно-тренировочными группами, применение принципа системности и связи теории с практикой, принципа наглядности, принципа всестороннего развития личности.

Результаты использования. Игровая образовательная технология способствует расширению кругозора, формированию определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности, развитию физических качеств, чувства коллективизма, информированности воспитанников о других видах спорта; улучшению спортивных показателей; профилактике сколиоза.

#### **3. Технология проблемного обучения**



Цель использования: развитие у воспитанников необходимые мыслительные и физические процессы, которые позволят решать проблемы и преодолевать препятствия как в учебно-тренировочном процессе, так и в соревновательной деятельности.

При проведении учебно-тренировочного процесса целенаправленно формирую такие условия, при которых воспитанники должны применять умения и навыки для преодоления искусственно созданных препятствий на пути к достижению поставленной цели.

Результаты использования. Технология проблемного обучения дает возможность учителю определить уровень сопротивляемости воспитанников к условиям, которые могут возникнуть при участии в соревнованиях. При планировании и проведении учебно-тренировочных занятий с учетом результатов применения технологии проблемного обучения учитель имеет возможность проводить психологическую работу с воспитанниками, направленную на преодоление сложных ситуаций.

#### **4. Здоровьесберегающая технология**

Цель использования: обеспечение сохранности здоровья воспитанников при проведении учебно-тренировочных занятий и в соревновательной деятельности.

При планировании и проведении учебно-тренировочных занятий учитываются возрастные особенности воспитанников; с учетом особенностей каждого этапа подготовки формируется благоприятный психологический фон на занятиях; распределяется физическая нагрузка с учетом физических возможностей воспитанников; применяются методы и приемы, которые способствуют появлению, развитию и сохранению интереса к занятиям у каждого воспитанника; обязательный врачебный контроль за воспитанниками; организация каникулярного отдыха.

Результаты использования. Здоровьесберегающая технология способствует снижению вероятности травм на учебно-тренировочных занятиях и во время соревнований, способствует снижению усталости после значительной физической нагрузки, укреплению здоровья воспитанников и формированию стойкого интереса к систематическим занятиям физической культурой спортом.

#### **5. Технология разноуровневого обучения**

Цель использования: построение учебно-тренировочного процесса таким образом, который позволяет воспитанникам переходить с одного уровня этапа подготовки на следующий в зависимости от уровня спортивной подготовленности.

Основой технологии разноуровневого обучения является такой подход к построению учебно-тренировочного процесса, при котором воспитанник группы начальной подготовки может быть переведен на следующий этап подготовки при достижении соответствующего спортивного результата вне зависимости от возрастных рамок.

При построении данной технологии подразумевается свобода тренера в планировании и проведении учебно-тренировочного процесса на всех этапах спортивной подготовки, а для воспитанников – возможность выбора заданий разной сложности.

Результаты использования. Технология многоуровневого обучения способствует достижению воспитанниками высоких спортивных результатов, так как при применении данной технологии у воспитанников групп начальной подготовки возникает наглядный ориентир в виде воспитанников групп следующих этапов.

#### **Список литературы:**

1. Андреев «Футбол в школе» ОАО Издательство « Советский спорт» 2008 г.;
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Футбол в школе 2006.;
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. ФУТБОЛ. примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт , 2010;

4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 1985;
5. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. Футбол – игра для всех. – М.: Советский спорт, 2007.
6. Волков С.В. « Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г.Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» Спорт Академ. Пресс 1998 г.;
7. Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.: Физкультура и спорт,1973;
8. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. – М.,2002;
9. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: ФиС, 1977;
10. С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. 4.Еременко. Футбол: Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.

#### **Литература для обучающихся:**

- 1.Правила игры в футбол.