

Республика Бурятия
МУ УО Прибайкальского района
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Таловская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании
педагогического совета
от «26» августа 2022 г.
Протокол № 1



Директор школы: _____

«Утверждаю»

Ю. А. Пантелеев

«29» августа 2022 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

Физкультурно-спортивная направленность

ФУТБОЛ

Возраст обучающихся: 7-16 лет

Срок реализации программы: 3 года

Количество часов в год: 72

Автор – составитель программы
Пантелеев Юрий Анатольевич,
педагог дополнительного
образования

ст. Таловка
2022 г.

Оглавление

1.	Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы	3
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цель, задачи, ожидаемые результаты	7
1.3	Содержание программы	10
2.	Комплекс организационно педагогических условий	15
2.1	Календарный учебный график	15
2.2	Условия реализации программы	16
2.3	Формы аттестации	17
2.4	Оценочные материалы	18
2.5	Методические материалы	19
2.6	Список литературы	31
2.7	Приложения	32

Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996р.
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. №196».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (р.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

Футбол - командный, увлекательный и зрелищный вид спорта с более чем столетней историей. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире. В игре проявляются скорость, сила, ловкость, быстрота реакции. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу и творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Игровая и тренировочная деятельность оказывают комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивают основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. Круглогодичные занятия футболом в различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, достижению творческого долголетия. Соревновательный характер, высокая эмоциональность, самостоятельность действий делают футбол эффективным средством активного отдыха. Благодаря разнообразной двигательной деятельности, широким координационным и атлетическим возможностям занимающиеся футболом быстрее и успешнее осваивают жизненно важные двигательные умения и навыки, в том числе и трудовые. Футбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Бескомпромиссное и честное единоборство, высокое исполнительское мастерство, физическое совершенство вызывают не только глубокое удовлетворение, наслаждение, радость у миллионов болельщиков, но также заинтересованное отношение, которое приводит их на футбольные поля, спортивные площадки и в залы. Футбол широко используется в различных звеньях системы физического воспитания.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» реализуется в рамках **физкультурно-спортивной направленности** и ориентирована на:

- укрепление здоровья учащихся,
- формирование навыков здорового образа жизни,
- формирование морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта футбол в нашей стране, нашем поселке. На протяжении 50 лет существования поселка футбол был самым любимым и массовым видом спорта. Дети, родители и даже дедушки (ветераны) играли и участвовали в районных соревнованиях. Семьями по выходным ходили на стадион. Сейчас, когда закрылся Таловский завод ЖБК, снизился уровень жизни населения, необходимо пополнить материальную базу школы, чтобы дети могли заниматься футболом. Для нашего поселка это очень актуально.

Программа охватывает детей не только нашей школы, но и других школ левобережья. На базе нашей школы можно проводить соревнования по футболу на уровне района, поселка.

Сетевая форма реализации программы, взаимодействие с социальными партнерами.

Сетевая форма реализации программы предполагает взаимодействие с ДДТ с.Турунтаево, с.Ильинка, школами района- Ильинская СОШ, Мостовская СОШ, Татауровская СОШ, Старо-Татауровская СОШ, детский сад «Малыш».

Социальными партнерами реализации программы являются Прибайкальская районная администрация (комитет по делам молодежи, физкультуре и спорту), Ильинская ДЮСШ, МО «Таловское» СП, Таловский КИЦ. Планируется проведение соревнований на уровне района, поселка, первенство школы по футболу с привлечением детей из семей СОП, ТЖС, состоящих на различных видах учета. Активную роль в реализации программы играют родители.

Выделены основные направления деятельности:

- 1) организация и осуществление процесса обучения (оказание образовательных услуг);
- 2) использование ресурсов (кадры, МТБ);
- 3) нормативно - регулирующая деятельность;
- 4) деятельность, направленная на повышение уровня профессиональной компетентности педагогических коллективов школ сети;
- 5) система управления в школах сети;

6) работа с одаренными детьми и школьниками, обладающими высокой мотивацией к занятиям футболом;

7) работа с родителями.

Это позволяют достичь следующих качественных изменений в области реализации дополнительной общеразвивающей программы:

- обновление содержания, форм и средств организации образовательного процесса на основе совместной коллективной распределенной деятельности участников сети;

- обеспечение условий выявления, поддержки и развития одаренных детей;

- повышение доступности дополнительного образования для детей с ОВЗ;

- решение задач интеграции и преемственности дошкольного, общего и дополнительного образования;

- обеспечение удовлетворенности потребностей современных обучающихся.

Отличительная особенность программы в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, достигшим 7-16 летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья.

Педагогическая целесообразность: программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, эту проблему призвана данная программа, направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Адресат программы

Программа адресована детям **7 - 16-летнего возраста** без предъявления требований к уровню подготовки, не имеющих противопоказаний по здоровью. Вход в группу свободный. В спортивно – оздоровительную группу зачисляются обучающиеся общеобразовательных школ, имеющих разрешение врача. На этом этапе осуществляется физкультурно – оздоровительная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку.

Программа имеет огромное воспитательное значение, направлена на физическое развитие и приобщение к здоровому образу жизни. Способствует привлечению детей с девиантным поведением (состоящих на различных видах учета), детей с ОВЗ и детей, находящихся в ТЖС (более 50%). Ребенок сам выбирает содержание и форму занятий, может не бояться неудач, создается «ситуации успеха».

Срок реализации программы 3 года обучения. 1 год – стартовый уровень (начальное образование), 2 год – базовый уровень, 3 год – продвинутый уровень (этап формирования и закрепления основных двигательных умений и навыков).

Общее количество часов в год – 72 часа.

В период каникул учащиеся могут работать по индивидуальным планам, принимать участие в соревнованиях школьного и муниципального уровня.

Форма обучения – очная.

Формы организации учебно-тренировочного процесса – учебно-тренировочное занятие (теоретические и групповые практические занятия), тренировки по индивидуальным планам, календарные соревнования, учебные и товарищеские игры, учебно-тренировочные занятия в спортивно-оздоровительном лагере, занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Особенности организации образовательной деятельности – коллективная, индивидуальная

Режим занятий. Программа реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

Стартовый уровень – 2 ч. в неделю, 72 часа в год.

Базовый уровень – 2 ч. в неделю, 72 часа в год.

Продвинутый уровень – 2 ч. в неделю, 72 часа в год.

1.2 Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель программы - формирование здорового образа жизни, профилактика асоциального поведения детей и подростков через развитие устойчивого интереса к игре в футбол и создания благоприятных условий для дальнейших занятий спортом.

Задачи программы:

Задачи	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
--------	----------------	----------------	----------------

<i>Предметные (Обучающие)</i>	Ознакомить с историей и основными понятиями о футболе, создать у учащихся общее представление о структуре выполнения основных технических приемов игры в футбол.	Изучить историю легенд мирового футбола, совершенствовать терминологию футбола и технику игры.	Совершенствовать специальные технические умения, овладеть индивидуальными методами действий в игре
<i>Метапредметные (развивающие)</i>	Развивать разностороннюю физическую подготовку, детально изучать основные технические приемы; развивать потребность в самообразовании.	Приобщать детей к истокам советского и российского спорта, формировать основы здорового образа жизни.	Развивать двигательные качества, раскрывать спортивные способности детей.
<i>Личностные (воспитательные)</i>	Формировать мировоззрения гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов, патриотизм, культуру общения с микро- и макро-коллективами, воспитывать чувства гордости и ответственности за спортивное наследие.	Приобщать детей к истокам советского и российского спорта, формировать самодисциплину и ответственность.	Формировать чувство коллективизма, развивать чувство толерантности, формировать потребность добросовестного отношения к занятиям футболу.

Планируемые результаты

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы «Футбол» у учащихся формируются

Личностные (социально-личностные) компетенции:	Метапредметные компетенции:
<p>Дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях; умение оказывать помощь своим сверстникам.</p>	<p>Умения определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; умение объективно оценивать результаты собственного труда; понятия о роли игры в укреплении здоровья; умение рационально распределять свое время в режиме дня; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.</p>

Предметные компетенции:

<u>к концу 1-го года обучения</u>	<u>к концу 2-го года обучения</u>	<u>к концу 3-го года обучения</u>
<p>знание истории развития футбола в России; значение занятий футбола для организма человека; роль и значение занятий в укреплении здоровья; индивидуальные особенности физического и психического развития организма и их связь с регулярными занятиями футболом; умения вести контроль за индивидуальным физическим развитием, соблюдать правила личной гигиены, выполнять ведение и передачи мяча, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма.</p>	<p>знание основной терминологии футбола и имена мировых звёзд футбола; упражнений общефизической подготовки и подвижных игр с элементами футбола; умения выполнять элементы технической оснащённости футболиста, самостоятельно проводить разминку, проводить самоконтроль, пользоваться инвентарём для тренировок.</p>	<p>знание упражнений специальной физической подготовки, особенностей развития футбола, особенностей выполнения технических навыков в футболе и финтов; умения выполнять обводку в игре, свободно жонглировать мячом, применять финты в игре и технически правильно осуществлять двигательные действия.</p>

1.3.Содержание программы

Учебный план

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практик а	
1-й год обучения					
1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, наблюдение
2.	История развития футбола	2	2		Опрос, тест
3.	Элементарные понятия о футболе, как игре	8	2	6	Опрос
4.	Основные упражнения и технические приемы	54	2	52	Контрольные нормативы
5.	Двусторонняя игра	5	-	5	Соревнование
6.	Итоговое занятие	1	-	1	Тестирование
	Всего	72	7	65	
2-й год обучения					
1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос, наблюдение
2.	Развитие общей физической подготовки	22	4	18	Сдача нормативов
3.	Техническая подготовка	22	2	20	Сдача нормативов
4.	Подвижные игры с техническими элементами футбола	8	2	6	Сдача нормативов
5.	Терминология в футболе	8	4	4	Опрос, тест
6.	Контрольная диагностика	4	-	4	Зачет
7.	Легенды мирового футбола	5	2	3	Презентации
8.	Итоговое занятие	1	-	1	Представление презентаций
	Всего	72	16	56	
3-й год обучения					
1.	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, тест

2.	Развитие общей физической подготовки	8	-	8	Мини - тест
3.	Развитие специальной физической подготовленности	10	1	9	Мини-тест
4.	Специальные упражнения и технические приемы	40	2	38	Контрольные нормативы
5.	Учебно-тренировочная игра с заданием	8	2	6	Соревнования
6.	Двусторонняя игра	2	-	2	Соревнования
	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ, рекомендации
	Всего	72	6	66	
	ИТОГО	216	29	187	

Содержание программы

1-й год обучения

Вводное занятие

Теория. Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь футболиста.

Практика. Начальная диагностика знаний, умений и навыков.

Раздел 1. История развития футбола

Теория. Происхождение футбола. Истории великих футболистов.

Раздел 2. Элементарные понятия о футболе, как игре

Теория. Основы и правила игры в футбол.

Практика. 6 часов: Расстановка игроков перед началом игры. Кто начинает первый. Защитник. Место в начальном положении.

Полузащитник. Нападающий.

Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы

Теория. Техничко-тактические приемы.

Практика. 1) Разучивание основных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- стойка, передвижения, остановка и повороты футболиста;
- ведение мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- остановка мяча (внутренней и внешней стороной стопы, подошвой и голенью, грудью);

- передача мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- удары по мячу (внутренней и внешней стороной стопы, подъемом, головой);
- жонглирование мячом.

2) Тренировочные упражнения с заданиями для полевых игроков:

- ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек);
- передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание;
- удары по мячу с разбега, по катящемуся мячу, после отскока;
- пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание основных упражнений и технических приемов для вратарей:

- упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости и координации: прыжки со скакалкой, на месте, в высоту и длину, кувырки в группировке и т.д.
- прием катящегося мяча, прием высоко и низко летящих мячей.

Раздел 4. Двусторонняя игра

Практика. Игра. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических приемов. Промежуточная аттестация. Контрольные тесты.

Итоговое занятие

Практика. Промежуточная аттестация. Контрольное тестирование уровня теоретической подготовки первого года обучения.

2-й год обучения

Вводное занятие

Теория. Содержание второго года обучения. Знакомство с курсом программы 2 года обучения. Повторный инструктаж по технике безопасности. Правила оказания первой помощи.

Практика. Диагностика определения уровня освоения теоретической части программы.

Раздел 1. Развитие общей физической подготовки

Теория. Средства восстановления после нагрузки.

Практика. Упражнения на развитие скорости. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнение на развитие гибкости. Упражнение на развитие силы. Бег в равномерном темпе. Эстафетный бег. Упражнения на развитие прыгучести. Бег с препятствиями. Челночный бег.

Раздел 2. Техническая подготовка

Теория. Влияние физических и природных факторов на технику футболиста.

Практика. Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы, подъёмом; остановка катящегося мяча подъёмом и подошвой, остановка мяча грудью; удары по мячу головой; обводка на медленной скорости; передача мяча партнёру; ловля низколетающего мяча вратарём; ведение мяча, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, ведение между стоек, ведение сильной и слабой ногой. Удары внутренней, внешней стороной стопы, удары подъёмом. Двухсторонняя игра.

Раздел 3. Подвижные игры с элементами футбола

Теория. Правила подвижных игр с элементами футбола.

Практика. «Волейбол ногами», «Гандбол с элементами игрой головой», «Отдай мяч капитану», «Салки мячом». «Собачки». «Игра в четверо ворот», «Игра одновременно ногами и руками». «Футбол в присядку», «5 передач-гол», «Футбол в парах».

Раздел 4. Терминология в футболе

Теория. Жесты и действия судей во время игры в футбол.

Практика. Боковая. Аут. Вне игры, Гетры. Бутсы, Судья. Пляжный футбол. Мини-футбол. Футзал. Еврокубки. Разметка. Ворота. Золотой мяч. Бомбардир. ФИФА. УЕФА. Лига чемпионов. Кубок УЕФА.

Раздел 5. Контрольная диагностика

Практика. Промежуточная аттестация. Зачет. Ведение мяча на скорость
Удары внутренней, внешней стороной стопы, удары подъёмом.
Двухсторонняя игра.

Раздел 3. Подвижные игры с элементами футбола

Теория. Правила подвижных игр с элементами футбола.

Практика. «Волейбол ногами», «Гандбол с элементами игрой головой», «Отдай мяч капитану», «Салки мячом». «Собачки». «Игра в четверо ворот», «Игра одновременно ногами и руками». «Футбол в присядку», «5 передач-гол», «Футбол в парах».

Раздел 4. Терминология в футболе

Теория. Жесты и действия судей во время игры в футбол.

Практика. Боковая. Аут. Вне игры, Гетры. Бутсы, Судья. Пляжный футбол. Мини-футбол. Футзал. Еврокубки. Разметка. Ворота. Золотой мяч. Бомбардир. ФИФА. УЕФА. Лига чемпионов. Кубок УЕФА.

Раздел 5. Контрольная диагностика

. Жонглирование мяча. Удар на дальность. Удар на точность. Игровое тестирование. КПД в игровой деятельности.

Раздел 6. Легенды мирового футбола

Теория. Пеле. Гарринча. Пушкаш. Эйсебио. Метьюз. Яшин. Ривера. Кройф. Беккенбауэр. Мюллер. Платини. Марадона. Ван Бастен. Гуллит. Маттеус. Клинсман. Зидан.

Практика. Презентации «Мой любимый футболист».

Итоговое занятие

Практика. Представление презентаций.

3-й год обучения

Вводное занятие

Теория. Повторный инструктаж по технике безопасности, меры предохранения от перегревания, первая помощь при спортивных травмах, закаливание.

Практика. Диагностика с целью определения уровня освоения теоретической части программы.

Раздел 2. Развитие общей физической подготовки

Практика. Упражнения для развития общей физической подготовки: ОРУ на месте и в движении, бег на различные дистанции, упражнения с гантелями, штангой, подвижные и спортивные игры. Упражнения с мячами и спец приспособлениями.

Раздел 3. Развитие специальной физической подготовки

Теория. Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол.

Практика. Развитие скоростных качеств: бег на короткие дистанции с максимальной скоростью, бег на месте, челночный бег, ускорения с мячом, различные эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств: подскоки вверх из глубокого приседа, приседание на одной ноге, броски набивного мяча на различные расстояния, бег с отягощением. Развитие выносливости: повторно-интервальный бег на средние и длинные дистанции, бег с отягощением, сопротивлением и повышенной скоростью, игровые упражнения с повышенной интенсивностью. Развитие ловкости и гибкости: подвижные игры, преодоление полосы препятствия, гимнастические упражнения, упражнения в положении лежа, упоры.

Раздел 4. Специальные упражнения и технические приемы

- игра на выходах.

Раздел 5. Учебно-тренировочная игра с заданием

Теория. Тактические действия игры в защите и нападении.

Практика. Взаимодействие игроков в защите при подаче угловых и штрафных ударов. Разучивание взаимодействия игроков при игре в 3-и,

4-е защитника. Теория. Особенность специальных упражнений, как для полевых игроков, так и для вратарей.

Практика. 1) Разучивание специальных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- обводка игроков, ведение, остановка и удары по воротам различными способами;
- жонглирование мяча бедром и головой; - вбрасывание мяча из-за боковой линии;
- отбор мяча различными способами (толчком плечом в плечо, с помощью подката);
- финты и их выполнение.

1. Тренировочные упражнения с заданиями:

- дальние и ближние передачи в парах, тройках по диагонали и вдоль поля;
- дальние удары по воротам и удары после прострела;
- ведение мяча с последующим ударом по воротам;
- подачи угловых; - пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание специальных упражнений и технических приемов для вратарей:

- бросок за мячом, отбивание мяча кулаком;

Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов и штрафных ударов. Взаимодействие игроков при игре в одного и двух нападающих.

Игра в два касания. Игра только слабой ногой. Мяч забивать с расстояния не менее 10 метров. Игра ногами и руками. Игра руками, а мяч забивается головой. Мяч забивается только с передачи партнёра.

Раздел 6. Двусторонняя игра

Практика. Итоговая аттестация в форме футбольного праздника. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических и тактических действий и их совершенствование.

Итоговое занятие

Практика. Круглый стол. Подведение итогов. Анализ достижений, рекомендации.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график программы

Количество учебных недель в год – 36, месяцев обучения – 9, учебных дней: первый год обучения – 72, второй и третий – 72. Всего по программе: учебных недель – 108, месяцев обучения – 27, учебных дней – 216.

Продолжительность учебного года: начало учебного года по программе первого года обучения – не позднее 15 сентября 2022 года, окончание учебного года – 31 мая 2023 года; начало второго года обучения - 1 сентября 2023 года, окончание - 31 мая 2024 года; начало третьего года обучения - 1 сентября 2024 года, окончание - 31 мая 2025 года.

Сроки летних каникул - с 01 июня по 31 августа.

Занятия в группе проводятся в соответствии с расписанием занятий.

2.2. Условия реализации программы

№	Наименование	Краткое описание применения	Количество
1	Ворота футбольные	Ворота футбольные стационарные (бетонируемые) предназначены для проведения тренировок и игры, устанавливаются на открытых площадках.	2
2	Мяч футбольный	Для игры на любых поверхностях.	20
3	Ворота футбольные уменьшенные переносные	Для проведения игр	4
4	Стойки для обводки	Назначение: для тренировочного процесса спортсменов на открытой спортивной площадке с грунтовой поверхностью.	10
5	Фишки	Назначение: ограничение пространства, для обвода, а также в качестве стоек для крепления на них поперечных планок, как барьер.	20

6	Мяч набивной (медицинбол)	приспособлением для продуктивной силовой и кардио-тренировки. Он помогает проработать мускулатуру рук, спины, живота, ног и ягодиц, создать рельефную фигуру и сбросить лишний вес.	10
7	Секундомер	Для контроля времени	10
8	Насос	Для накачки мячей	2
9	Манишка	Основное предназначение - выделение разными цветами игроков 2-х команд.	10
10	Скакалка	Для прыжков	20
11	Барьер легкоатлетический	Количество объективов, фиксирующихся одновременно в револьверном устройстве - не менее 3 шт.	10
12	Мат гимнастический	Для занятий, выполнения упражнений	4
13	Сетка для переноски мячей		2
14	Костюм спортивный	Для занятий спортом, участия в соревнованиях	20
15	Флаги для разметки футбольного поля	Назначение: для футбольного поля.	6
16	Щитки футбольные	Для защиты	20
17	Бутсы футбольные	Предназначены для игры в футбол на искусственных и натуральных покрытиях.	20
18	Гетры футбольные	для занятий спортом, футболистам	20
19	Перчатки вратарские	для занятий спортом, футболистам	4
20	Рейтузы для вратаря	для занятий спортом, футболистам	4
21	Свитер для вратаря	для занятий спортом, футболистам	4
22	Трусы футбольные	для занятий спортом, футболистам	40

23	Футболка	для занятий спортом, футболистам	40
----	----------	----------------------------------	----

Для занятий по программе имеются 2 спортивных зала: бспортивный зал - 324 кв.м., малый спортивный зал - 128 кв.м.; стадион. Стадион включает в себя футбольное поле размером 110м.Х 60м., беговую дорожку на 400м., сектор для прыжков и метаний.

Кадровое обеспечение программы

Данная программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области физической культуры и спорта, владеющего компетенциями соответствующие виду (спорта) программы (футбол), владеющим педагогическими технологиями и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства. Имеются достижения учащихся на муниципальном и республиканском уровнях.

2.3.Формы аттестации

Промежуточная аттестация учащихся проводится: первый год обучения - в апреле-мае 2023 года; второй год обучения – в апреле-мае 2024 года. При проведении промежуточной аттестации учитывается динамика развития каждого учащегося за весь период обучения по данной дополнительной общеобразовательной программе. На основании результатов выполнения форм текущей успеваемости в течение учебного года определяется качественный уровень подготовленности учащихся. Результат выполнения учебных нормативов оформляется протоколом и заносится в журнал учета групповых занятий. Личностные достижения заносятся в журнал учёта групповых занятий в графу «Учёт спортивных результатов». Количественные и качественные показатели выполнения учебных требований обеспечивают допуск учащихся к итоговой аттестации.

Итоговая аттестация проводится в конце третьего года обучения, по окончании реализации программы, апрель-май 2024 года. Итоговая аттестация подразумевает обобщение результатов сдачи контрольных нормативов и тестов и выступлений на соревнованиях.

2.4.Оценка достижений результатов, оценочные материалы

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, материалы анкетирования и тестирования, фото, методические разработки, сертификат о прохождении курса.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: результаты контрольных нормативов физической и технической подготовки (карты проверки результатов - приложение 1), презентации (протокол оценки презентации – приложение 2), соревнования (протокол оценки соревнования), аналитические материалы по итогам проведения диагностики (приложение 3).

Предполагаемые результаты и способы их проверки. Диагностический инструментарий: тестовые задания, опросные листы, карты проверки

результатов физической и технической подготовки, оценочные листы, протоколы.

Формы и методы контроля: самостоятельная, творческая работа (презентация), контрольное тестирование, контрольные нормативы, соревнование, опрос, наблюдение.

Этапы контроля: текущий, промежуточный, итоговый.

Этапы педагогического контроля

<i>Этап</i>	<i>Сроки контроля</i>	<i>Цель контроля</i>	<i>Формы контроля</i>	<i>Методы контроля</i>	<i>Уровни оценочных критериев</i>
<i>Текущий контроль</i>	В течение учебного года	Выявление уровня освоения темы, раздела	Тестирование, физические упражнения, соревнования	Наблюдение, опрос, карты результатов, протоколы	Высокий Средний Низкий
<i>Промежуточный контроль</i>	В конце учебного года	Выявление уровня освоения части программы	Контрольные нормативы Презентации	Карты результатов физической и технической подготовки	Высокий Средний Низкий
<i>Итоговый контроль</i>	По окончании реализации программы	Выявление уровня освоения программы	Контрольные нормативы Соревнование	Карты результатов физической и технической подготовки, анализ уровня подготовки, рекомендации	Высокий Средний Низкий

Для закрепления пройденного учебного материала организуются двухсторонние игры разыгрывания тактических комбинаций, рефераты на футбольные темы. Участие в различных соревнованиях показывают уровень подготовки футболиста, его функциональный уровень.

В целях проверки результатов освоения программы по каждому году обучения применяется контроль и самоконтроль в форме индивидуального опроса, фронтального опроса, устных и письменных зачетов, устных экзаменов, игры за сборные школы, района, программированного опроса, собеседование по элементам и тактическим приемам, устного самоконтроля, диагностики.

В конце учебного года проводится конечная диагностика, подведение итогов года, награждение грамотами. В конце учебного курса проводится спортивный футбольный праздник.

2.5. Методические материалы

Методы обучения.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (объяснение, описание, рассказ, беседа);
- наглядный (показ правильного выполнения упражнений, показ (выполнение) тренером-преподавателем и др.);
- практический (выполнение упражнения по инструкции, схемам, презентациям, видеороликам и др.).

Методы строгой регламентации упражнения:

- расчлененно-конструктивный метод применяется на начальных этапах обучения. Сложное двигательное действие расчленяется на отдельные фазы или элементы с поочередным их разучиванием и последующим соединением в единое целое;
- метод сопряженного воздействия применяется преимущественно в процессе совершенствования разученных двигательных действий для улучшения их качественной основы, т.е. результативности.

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию,

- метод задания (репродуктивный) – тренер формулирует, что и как выполнять, что достигнуть в результате, учащийся выполняет, т.е. учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- метод творческого задания (проблемный) – перед учащимися ставится задача, но не раскрывается путь ее решения, в процессе выполнения учащиеся т.е. подача нового материала происходит через создание проблемной ситуации, которая является для ребенка интеллектуальным затруднением и требует поиска решения и исследования;
- игровой метод – выполнение двигательных действий в условиях, регламентированных особыми правилами игры;
- эксперимента – позволяет самостоятельно получать знания,
- частично-поисковый, – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с тренером-преподавателем;
- соревновательный метод, который может быть представлен играми по упрощенным правилам, соревнованиями на количественный или качественный результат, товарищескими встречами и, наконец, официальными соревнованиями.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группах;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем и другие.

Методы воспитания:

- использование приемов и методов общепедагогического влияния: поощрение достижений ребенка, подтверждение его уникальности, закрепление веры в успех, похвала, поддержка.

Формы организации учебного занятия.

Основными формами проведения занятий являются учебно-тренировочное занятие (теоретические и групповые практические занятия), тренировки по индивидуальным планам, календарные соревнования, учебные и товарищеские игры, учебно-тренировочные занятия в спортивно-оздоровительном лагере, занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Форма организации занятий – коллективная.

Фронтальные формы работы чередуются с индивидуальными и групповыми.

Педагогические технологии.

Принципом отбора содержания и организации учебного материала является принцип единства теории и практики. В центре внимания оказываются не только формирование комплекса знаний, но и формирование у учащихся комплекса практических умений. Для этой цели используются следующие педагогические технологии:

1.Технология личностно-ориентированного обучения.

Основой содержания личностно-ориентированного обучения является:

- формирование у учащихся двигательных умения и навыков, на базе которых строится учебно-тренировочный процесс;
- личностно-ориентированное обучение воспитанников в учреждениях спортивной направленности – это целенаправленное формирование личности учащегося посредством его физического развития с учетом его способностей;
- определение уровня физического развития каждого учащегося с помощью тестов и нормативов;
- определение состояния здоровья каждого учащегося во время проведения обязательных (2 раза в год) медицинских осмотров.

Технология личностно-ориентированного обучения ориентирует учащихся на развитие своей индивидуальности. При применении данной технологии у тренера-преподавателя появляется возможность работы с каждым воспитанником индивидуально, при этом индивидуальная работа ведется в рамках работы со всей учебно-тренировочной группой.

Благодаря данной технологии тренер-преподаватель имеет возможность систематизировать и учитывать индивидуальные особенности каждого учащегося при планировании и проведении учебно-тренировочного процесса

2.Здоровьесберегающие технологии.

Здоровьесберегающие технологии направлены на решение самой главной задачи – сохранить, поддержать и улучшить здоровье детей. Здоровьесберегающие технологии это, прежде всего, условия обучения ребенка при отсутствии стресса, адекватности требований, адекватности

методик обучения и воспитания, рациональная организация учебного процесса в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями, создание благоприятного эмоционально-психологического климата. Неотъемлемой частью также является обеспечение двигательной активности, которая оказывает большое влияние на здоровье и физическое состояние детей, привитие культуры здорового образа жизни личности.

В целях совершенствования знаний, умений и навыков по здоровьесбережению используют различные методы и приемы: познавательная игра, игровой метод, соревновательный метод, образовательные программы.

При организации учебно-тренировочной работы следует соблюдать следующее:

- строгие дозированные физические нагрузки;
- использование методики чередования интенсивности и релаксации в обучении;
- использование принципа наглядности, постепенности, доступности нагрузки с учётом возрастных особенностей учащихся;
- учёт физической подготовленности обучающихся и развития физических качеств;
- построение учебно-тренировочного занятия с учётом динамичности учащихся, их работоспособности;
- соблюдение гигиенических требований;
- благоприятный эмоциональный настрой;
- создание комфортности.

3. Игровая технология

Игровая технология является уникальной формой обучения, которая позволяет сделать учебно-тренировочное занятие интересным и увлекательным. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам.

На занятиях используются подвижные игры, направленные на закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков и метаний, на развитие скоростных, скоростно-силовых способностей, способностей ориентирования в пространстве; игры и эстафеты на овладение тактико-техническими навыками изучаемых спортивных игр. Игры с дидактической направленностью учат детей объединять движения и полученные на занятиях и в повседневной жизни знания, факты, систематизируя их в единое целостное представление об окружающей действительности.

Требования к отбору игр следующие:

- игра должна давать новые понятия;
- в игре должны развиваться способности правильно оценивать пространственные и временные отношения, быстро реагировать на часто меняющуюся обстановку;

-дидактическое и двигательное содержание игры должно соответствовать особенностям программного материала;

-степень сложности игры должна соответствовать усвоенным умениям и навыкам.

При организации и проведении игры необходимо придерживаться следующих правил:

-простота и доступность правил;

-каждый ребенок должен быть активным участником игры;

-исключить малейшую возможность риска, угрозы здоровью детей;

-безопасность используемого инвентаря;

-игра не должна унижать достоинства играющих.

4. Информационно-коммуникационная технология позволяют организовать учебный процесс на новом, более высоком уровне, обеспечивать более полное усвоение учебного материала. Информационно коммуникативные технологии позволяют решить проблему поиска и хранения информации, планирования, контроля и управления занятиями, диагностики состояния здоровья и уровня физической подготовленности занимающихся.

Использование презентаций на занятиях позволяет более подробно и наглядно предоставлять теоретический материал, что делает процесс образования наиболее эффективным. Этот вид работы может быть использован при изучении техники выполнения разучиваемых движений, так как с помощью наглядной картинки данное движение можно разбивать не только на этапы выполнения, но и более короткие фрагменты и создать правильное представление учащихся о технике двигательных действий. С помощью презентации также можно доступно объяснить правила спортивных игр, тактические действия игроков, красочно преподнести исторические события, биографии спортсменов. Наличие визуального ряда информации позволяет закрепить в памяти.

Информационно-коммуникационная технология на занятиях по футболу представлена следующими компонентами:

- Презентации для занятий.

- Видеофильмы.

- Презентации, воспроизводимые на телефоне, планшете.

4. Групповая технология. Цель технологии группового обучения – создать условия для развития познавательной самостоятельности учащихся, их коммуникативных умений и интеллектуальных способностей посредством взаимодействия в процессе выполнения группового задания для самостоятельной работы. Групповая технология позволяет организовать активную самостоятельную работу на тренировке. Это работа учащихся в динамических парах, тройках или микро группах при повторении изученного материала, позволяет в короткий срок выявить степень усвоения материала всей группы, при этом учащийся может побывать в различных игровых амплуа, что само создает благоприятную обстановку на тренировке. Так же

учащиеся самостоятельно «наигрывают» задания после тренерского контроля за правильностью исполнением упражнения, что является самопроверкой. Учащиеся при этом чувствуют себя раскованно, развивается ответственность, формируется адекватная оценка своих возможностей, каждый имеет возможность проверить, оценить, подсказать, исправить, что создает комфортную обстановку. Среди разнообразных направлений новых педагогических технологий групповая технология в условиях тренировочного процесса является наиболее приемлемой: во-первых, потому, что в условиях секционной системы этот тип занятий наиболее легко вписывается в учебно-тренировочный процесс; во-вторых, групповая технология обеспечивает не только успешное усвоение материала всеми учащимися, но и интеллектуальное, нравственное развитие учащихся, их самостоятельность, коммуникабельность, чувство локтя и ответственности за товарища.

Групповая форма обучения решает три основные задачи:

1. Конкретно-познавательную, которая связана с непосредственным решением игровой ситуации.
2. Коммуникативно-развивающую, в процессе которой вырабатываются основные навыки общения внутри группы и за её пределами.
3. Социально-ориентационную, воспитывающую гражданские качества, необходимые для адекватной социализации индивида в сообществе. В условиях группового обучения комфортно чувствуют себя сильные и слабые учащиеся. В ходе группового обучения, решаются следующие задачи:
 - развитие познавательной активности учащихся на тренировке;
 - включение каждого спортсмена в постоянную учебно-тренировочную работу;
 - развитие игровой речи занимающихся;
 - привитие интереса к решению тактических задач;
 - создание психологического комфорта на занятии.

Принципы тренировочных занятий

На тренировочных занятиях соблюдаются следующие принципы:

- постепенности,
- динамики нагрузки,
- цикличности тренировочной нагрузки,
- цикличности соревновательной нагрузки,
- сознательного участия спортсмена в тренировочном процессе,
- основным принципом спортивной подготовки является педагогический принцип единства обучения и воспитания.

Спортивная подготовка детей на спортивно- оздоровительном этапе происходит постепенно. Переход к напряженным нагрузкам на развитие общих и специальных физических качеств осуществляю только после наступления биологической зрелости обучающихся.

В процессе тренировки применяются тренировочные и соревновательные нагрузки. Они строятся на основе следующих методических положений:

1. ориентация уровней нагрузок обучающихся на соответствующие показатели, достигнутые сильнейшими взрослыми спортсменами;
2. увеличение темпов роста нагрузок на спортивно-оздоровительном этапе в соответствии с периодом прохождения учебного материала;
3. соответствие уровня тренировочных и соревновательных нагрузок возрастным особенностям и уровню подготовленности обучающихся;
4. учет закономерностей развития и взаимосвязи различных систем растущего организма обучающегося.

На спортивно-оздоровительном этапе основное внимание обучающегося и тренера- преподавателя нацелено на создание фундамента общей физической подготовки. Поэтому тренировочные занятия строятся с акцентом на развитие физических качеств, таких, как быстрота, гибкость, ловкость, скоростно-силовые качества, выносливость.

Алгоритм учебно-тренировочного занятия

Структура и содержание тренировочного занятия основывается на физиологических, психологических и педагогических закономерностях, с учётом индивидуальные особенностей занимающихся. Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Перед каждым занятием ставится определённая педагогическая цель и задачи. Так подготовительная часть занятия длится 10-15 мин.

Основными задачами являются:

1. Организация группы (построение, рапорт, проверка присутствующих, сообщение задач занятия), мобилизация внимания.
2. Подготовка к выполнению основной части тренировки. Материал для подготовительной части тренировки подбирается в зависимости от содержания основной его части. Средствами подготовительной части занятия выступают: строевые и порядковые упражнения, ходьба, ходьба с различными движениями, бег, прыжки и другие общеразвивающие и специальные упражнения.

Задачи подготовительной части тренировки:

1. Организация группы (привлечение внимания обучающихся к предстоящей работе).
2. Повышение работоспособности организма спортсменов обучающегося, эмоциональный настрой на предстоящую работу.
3. Предварительное разогревание, растягивание и увеличение эластичности мышц.

Средствами решения этих задач могут быть:

1. различные подготовительные упражнения общего характера;
2. игровые упражнения и подвижные игры.

Методы выполнения упражнений:

1. равномерный;
2. повторный;
3. игровой;
4. круговой.

Подготовительная часть состоит из двух частей. Основная задача первой части - поднять общую работоспособность организма за счет воздействия главным образом на вегетативные функции; второй - настроить на предстоящую работу, применяя в основном специально-подготовительные упражнения.

На подготовительную часть отводится около 10-20% общего времени тренировочного занятия, однако продолжительность разминки, подбор упражнений и их соотношение могут колебаться в значительных пределах. Это зависит от индивидуальных особенностей обучающихся, характера предстоящей работы, условий внешней среды.

Задачи основной части тренировки:

1. Ознакомление, детализирование, разучивание или совершенствование техники специальных упражнений. Направленное воздействие на развитие физических качеств. Общее и специальное воспитание моральных, волевых и интеллектуальных качеств в плане комплексного подхода к воспитанию. В качестве учебного материала здесь используются основные и вспомогательные упражнения. Наиболее целесообразна следующая последовательность упражнений, или "блоков" тренировочных заданий:

- для овладения и совершенствования техники;
- развития быстроты и ловкости;
- развития силы;
- развития выносливости.

Тактические задачи решаются параллельно в процессе занятий.

Методы выполнения упражнений:

1. равномерный;
2. повторный;
3. переменный;
4. интервальный;
5. игровой;
6. круговой;
7. контрольный.

Основная часть должна соответствовать подготовленности обучающихся, возрасту и полу, периоду и этапу подготовки, избранной специализации и другим факторам.

Основная часть занимает 45-60 мин.

В отличие от подготовительной части характер упражнений в основной части сравнительно однообразен. Поэтому последовательность различных

упражнений необходимо варьировать так, чтобы занимающиеся смогли проявить большую работоспособность независимо от состояния организма. На основную часть занятия отводится 70-85% общего времени.

Задачи заключительной части тренировки:

1. Направленное постепенное снижение функциональной активности организма обучающихся.
2. Подведение итогов проведенного занятия и выдача задания на дом.

Средствами для решения этих задач являются:

1. легкодозировуемые упражнения;
2. умеренный бег;
3. ходьба;
4. относительно спокойные игры.

Методы выполнения упражнений:

1. равномерный;
2. повторный;
3. игровой.

Заключительная часть. Чтобы создать условия для перехода учащихся к другому виду деятельности, организм необходимо привести в более спокойное состояние. Как правило, если нагрузка снижается постепенно, то отрицательной реакции не возникнет.

Заключительная часть – 5-15 мин.

На заключительную часть отводится 10-15% общего времени тренировки.

Объем и интенсивность тренировочной нагрузки на занятиях.

Физическая нагрузка определяется дозировкой упражнений или тренировочных заданий, их повторяемостью, длительностью, а также условиями выполнения.

Физическая нагрузка во время тренировки регулируется:

1. изменением количества упражнений и тренировочных заданий;
2. количеством повторений;
3. уменьшением или увеличением времени на выполнение задания;
4. увеличением или уменьшением темпа исполнения и амплитуды движений;
5. усложнением или упрощением выполнения упражнений;
6. использованием тренажеров и тренировочных устройств.

Регулировать нагрузку во время тренировочного занятия - значит, обеспечить ее оптимальный объем и интенсивность. Большое значение в процессе занятий имеет рациональное обеспечение общей плотности тренировочного урока. К оправданным относятся следующие затраты времени: демонстрация, указания преподавателя, выполнение физических упражнений и необходимый отдых перестроения, установка снарядов и т. п. К неоправданным затратам урочного времени относятся его потери в связи с организационными или другими неполадками ("простой" между подходами из-за недостатка оборудования, нарушения дисциплины и т. п.).

Оптимальной плотности занятий способствуют, сокращение времени на перестроение и перерывы между упражнениями, применение поточного выполнения упражнения, заблаговременная подготовка мест занятий и инвентаря, включение дополнительных упражнений. Объем и интенсивность занятий можно также повысить за счет увеличения скорости выполнения упражнения, дистанции, веса снарядов, продолжительности выполнения упражнений или тренировочных заданий; замены легких упражнений более сложными, увеличения числа повторений. В каждой занятии есть своя мера предельно допустимых нагрузок, но любая нагрузка должна определяться и зависеть от возраста, пола, подготовленности занимающегося. Величину тренировочной нагрузки можно условно разделить на облегченную (малую), оптимальную (среднюю), жесткую (большую). Облегченные методы (компоненты нагрузок и отдыха) позволяют быстро восстановить 95% работоспособности организма. Оптимальные методы тренировки характеризуются относительно медленным восстановлением работоспособности организма спортсмена. Жесткие методы тренировки являются очень тяжелыми и требуют много времени на восстановление организма. Для того чтобы не допустить перегрузок занимающихся, надо чередовать трудные упражнения с менее трудными (применять принцип вариативности). Разнообразие положительных эмоций надо широко использовать в тренировке юных спортсменов, чаще переключать их с одного метода на другой, с общеразвивающих упражнений на специальные, с бега на беговые упражнения. Применение вариативности с целью эффективного использования тренировочного времени и психологического облегчения целесообразно проводить на различных уровнях (отрезках, сериях, занятиях.). Однако в большей степени методы вариативности необходимы в структуре тренировочного занятия.

Методические указания к выполнению упражнений
по общей физической подготовке

Бег 30 м с высокого старта проводится на дорожке в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается две попытки.

Оборудование: Секундомеры фиксирующие десятые доли секунды, тщательно промеренная дистанция 30 метров, финишная отметка, флажок.

Описание теста: По команде "На старт" испытуемые становятся у стартовой линии в положении высокого старта. Когда испытуемые приготовились и замерли, даётся сигнал стартера.

Результат: Время с точностью до десятой доли секунды заносится в протокол, после чего вписывается фамилия испытуемого.

Прыжок в длину с места: проводится в спортивном зале на резиновом покрытии, исключая жесткое приземление.

Оборудование: резиновая дорожка, рулетка или линейка для измерения прыжка.

Описание теста: Выполняется толчком двух ног от линии или края доски на покрытие. Разрешается три попытки.

Результат: Дальность прыжка измеряется в см. Итоговый берётся лучший результат.

Челночный бег 3x10 м: проводится в спортивном зале и спортивной обуви.

Оборудование: Секундомеры, фиксирующие десятые доли секунды.

Тщательно отмеряют участок в 10 метров на дорожке в 15 метров, отмечая начало его и конец линией. За каждой чертой два полукруга радиусом 50 см. на дальний конец (полукруг) от финишной линии кладут кубик 5 см.

Описание теста: Спортсмен становится за ближней чертой на линии старта и по команде "Марш" начинает бег в сторону финишной черты; обегаю полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к финишной черте, пробегаю её. Учитывают время.

Результат: выполнения задания от команды "Марш" до пересечения линии финиша, разрешается одна попытка.

Складка за 30 сек., кол-во раз (девочки): выполняющий упражнение лежит на спине. Руки находятся за головой. Ноги нужно поднять и незначительно согнуть в коленях, при этом бедра должны располагаться в вертикальном положении. Поднимаем туловище вертикально, при этом ноги не отрывает от поверхности.

Подтягивание (мальчики), количество раз: выполняется из положения вис хватом, руки на ширине плеч. Темп выполнения произвольный. Подтягивание считается выполненным, если при сгибании рук подборок выше перекладины.

Психологическая подготовка

Психологическая подготовка футболистов является основным фактором при формировании личностных и волевых качеств. Основной задачей психологической подготовки является формирование спортивной мотивации, уверенности в достижении цели, настойчивости, эмоциональной устойчивости. Психологическая подготовка подразделяется на общую и к конкретному соревнованию. Каждый раздел психологической подготовки имеет специфические задачи, решение которых требует комплексного подхода.

1. Общая психологическая подготовка осуществляется в единстве с физической, технической и тактической подготовкой на протяжении многолетнего периода спортивной подготовки, в ее задачи входят:

- Воспитание высоконравственной личности спортсмена;
- Развитие процессов восприятия;
- Развитие внимания: объема, интенсивности, устойчивости, распределения и переключения;
- Развитие тактического мышления, памяти, представления и воображения;
- Развитие способности управлять своими эмоциями;
- Развитие волевых качеств.

2. Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям (играм) состоит в следующем:

- Осознание игроками задач на предстоящую игру;
- Изучение конкретных условий предстоящих соревнований (время, место, освещенность, температура и т.п.);
- Изучение сильных и слабых сторон соперника и подготовка к действию с учетом этих особенностей;
- Осознание и оценка своих собственных возможностей в настоящий момент;
- Преодоление отрицательных эмоций, вызванных предстоящей игрой;
- Формирование твердой уверенности в своих силах и возможностях в выполнении поставленных задач в предстоящей игре.

Определенную работу проводит и педагог- психолог школы. Складывается особая культура поддержки и помощи ребенку— психолого-педагогическое сопровождение. Организация психолого-педагогического сопровождения способствует реализации основных направлений концепции дополнительного образования: личностно–ориентированного подхода к ребенку, доброжелательного отношения детей и взрослых, создания социально-психологических условий для обучения и полноценного развития детей. Важными задачами психолого-педагогического сопровождения являются:

- содействие личностному и интеллектуальному развитию обучающихся;
- создание в педагогической среде психологических условий для полноценного развития и успешного обучения;
- осуществление психологической помощи и поддержки педагогам, родителям в воспитании и образовании детей.

Деятельность психолого-педагогического сопровождения организуется по следующим направлениям: психологическое консультирование и просвещение, психопрофилактика, психологическая диагностика, коррекционная работа.

2.6.Список литературы для педагога

1. Губа В.И., Лексаков А.В. Теория и методика футбола. Учебное пособие «Sport», 2016 г.- 191 с.
2. Пельменев В. К., Конеева Е. В. История физической культуры. М.: Юрайт, 2019г.- 184 с.
3. Кузнецов В. С., Колодницкий Г. А. Теория и история физической культуры. М.: КноРус, 2020 г. - 448 с.
4. Теория и методика футбола [Электронный ресурс] : учебник / А.В. Антипова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2015. — 568 с. — 978-5-9906578-9-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43919.html>
5. Губа В.И. Методология подготовки юных футболистов [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В. Губа, А. Стула. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2015. — 184 с. — 978-5-906131-55-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43907.html>

6.Максачук, Е. П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е.П. Максачук. – М.: Спутник +, 2016. – 104 с.

7. Акимов, А. М. Игра футбольного вратаря / А.М. Акимов. - М.: Физкультура и спорт, 2020 г. - 380 с.

8. Кузнецов, Александр Футбол. Настольная книга деткого тренера / Александр Кузнецов. - М.: Профиздат, 2018 г. - 408 с.

Список литературы для обучающихся

1.Ролан, Тьери Футбол. Все легендарные клубы мира: моногр. / Тьери Ролан. - М.: Астрель, 2019 г. - 192 с.

2. Футбол. Полная иллюстрированная энциклопедия мирового футбола. - М.: Росмэн-Издат, 2019 г. - 256 с.

Интернет-ресурсы

1.Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту - <http://lib.sportedu.ru/>.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1.

Карты проверки результатов

Сдача контрольных нормативов на уровень физической готовности

По окончании 1 года обучения

12-15 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	6,1	5,5-5,0	5,2
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10 м (с)	9,3	8,7-8.5	8,4
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	140	160-185	190

4.	Выносливость	6-минутный бег	1000	1100-1200	1250
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	5-6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	4-5	6

7-11 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150
4.	Выносливость	6-минутный бег	800	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	1	2	4

Тест - Удары по воротам на точность. Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров «сильной» ногой любым способом. Низкий-4 раза. Средний- 5 раз. Высокий- 6 раз.

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары любой частью тела, кроме рук. Низкий- 5 раз. Средний- 10 раз. Высокий- 12 раз

Тест - Удары по катящемуся мячу по воротам 2 из 3 . Удары производятся с расстояния не ближе 15 метров. Пробивается 10 ударов. Низкий- 4 попадания. Средний- 5 попаданий. Высокий- 6 попаданий.

По окончании 2 года обучения

12-15 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	6,0	5,6-5,9	5,2

2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	9,5	8,6-8.4	8,3
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	140	170-185	200
4.	Выносливость	6-минутный бег	1030	1100-1200	1300
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6-8	9
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	5-6	7

7-11 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	135	140	160
4.	Выносливость	6-минутный бег	900	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	3	5

Тест - «Восьмёрка». Связан с обеганием пяти стоек, установленных в 10 метрах одна от другой, в углах и в центре квадрата. По сигналу футболист начинает движение с мячом от стойки, последовательно обводит остальные стойки. Низкий - 20с, средний – 18с, высокий - 16с.

Тест - Удары по воротам на точность. Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров каждой ногой любым способом. Низкий - 5 попаданий, средний – 6, высокий – 7.

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары любой частью тела, кроме рук (Низкий - 15 раз, средний – 25, высокий - 40). Набивание головой (Низкий - 5 раз, средний – 7, высокий - 10).

Тест - Передача в парах. Выполняются передачи через фишки 50 см. Расстояние между пасущими 8 метров. Передачи выполняются в одно касание. Низкий - 10 передач, средний – 14, высокий – 16.

По окончании 3 года обучения

12-15 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	5,9	5,5-5,1	4,8
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	9,1	8,7-8.3	8,1
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	155	180-195	200
4.	Выносливость	6-минутный бег	1030	1200-1300	1400
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	3	7-9	10
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	6-7	8

7-11 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	6,5	6.0	5,6
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	135	145	165
4.	Выносливость	6-минутный бег (м)	950	1050	1150
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	4	6

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней, и внешней частями подъёма), 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. Низкий - 15 раз, средний – 20, высокий – 25.

Тест - Футболисты посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Расстояние до ворот 10 метров. Низкий - 2 попадания, средний – 3, высокий – 4.

Тест - Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам. Выполняется с линии старта (30 м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой 4 стойки (первая стойка ставится в 10 метрах от штрафной площадки, а через каждые 2 м ставятся ещё 3 стойки) и, не доходя до штрафной, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. Если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Низкий - 12с, средний - 11с, высокий - 10с.

Вратари выполняют следующие упражнения:

1. Удар по мячу с рук на дальность (разбег не более 4 шагов). Выполняется по коридору 10 метров. Низкий - 25 м, средний - 30 м, высокий - 35 м.
2. Вбрасывание мяча рукой на дальность. Выполняется по коридору шириной 3 метра, разбег не более 4 шагов. Низкий - 20 м, средний - 25 м, высокий - 28 м.

**Результаты освоения учащимися раздела программы
"Теоретическая подготовка"**

№	ФИ учащегося	Дата проведения	Оценка в баллах	Уровень

Критерии оценки теории:

5 баллов – ответил правильно на 9-10 вопросов

4балла – ответил правильно 7-8 вопросов

3 балла – ответил правильно на 5-6 вопросов;

2 балла – ответил правильно на 4-3 вопроса;

1 балл – ответил правильно на 1-2 вопроса.

4 –5баллов – высокий уровень;

3 – балла – средний уровень;

1 – 2 балла – низкий уровень.

Протокол оценки презентаций

Параметры	Максимальное количество баллов
Структура презентации	
Правильное оформление титульного листа	10
Отмечены информационные ресурсы,	10
Логическая последовательность информации на слайдах	10
Оформление презентации	
Единый стиль оформления	10
Текст легко читается, фон сочетается с текстом	10
Использование анимационных объектов	10
Правильность изложения текста	10
Содержание презентации	
Доступность информации для выбранной категории слушателей	10
Полнота представления информации	10
Эффект презентации	
Общее впечатление от просмотра презентации	10
Сумма баллов	100

Критерии оценки презентаций: от 1 до 10 баллов

Шкала перевода: Высокий уровень - 70 – 100 баллов, Средний уровень - 30 – 69 баллов

Низкий уровень - 0– 29 баллов

АНКЕТА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

Дорогой друг!

Прослушай следующие утверждения и оцени степень согласия с их содержанием по следующей шкале: 5 - совершенно согласен; 4 – согласен; 3 - трудно сказать; 2 – не согласен; 1 - совершенно не согласен.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели</i>	<i>Твои предложения</i>
	Знания и умения, которые я здесь получаю, имеют значение для моей будущей профессии.	
	Считаю, что объединение по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни.	
	Получаю возможность поднять свой авторитет среди друзей.	
	Здесь всегда хорошие отношения между взрослыми и ребятами.	
	Постоянно узнаю много нового.	
	Занятия в коллективе дают возможность лучше понять самого себя.	
	Считаю, что в нашем коллективе созданы все условия для развития моих способностей.	
	Я доволен своими достижениями.	
	К нашим педагогам можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.	
	Я иду в объединение с радостью.	

Обработка анкеты

Виды оценки: качественная (5-ти бальная шкала).

Алгоритм обработки результатов:

1. Расчет балльного соотношения ответов по каждой их позиции от общего числа респондентов.

2. Распределение полученных данных. Анализ данных по каждой исследуемой группе.
3. По результатам исследования составить аналитический отчет, разработать рекомендации.

УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ УСЛУГАМИ

АНКЕТА для родителей

Выбор учреждения дополнительного образования

Отметьте знаком «+» выбранный вами ответ.

1. Что способствовало выбору вами данного УДОД?
 - близкое расположение к дому;
 - хорошие отзывы о нем ваших знакомых;
 - реклама данного учреждения, увиденная вами в СМИ;
 - что-то еще _____
2. Что привлекает вас в образе руководителя выбранного вами УДОД?
 - профессионализм;
 - интеллигентность;
 - высокий рейтинг среди других руководителей;
 - что-то еще _____
3. Как вы оцениваете качество образовательных услуг данного УДОД?
 - высоко;
 - средне;
 - удовлетворительно;
 - низко.
4. Удовлетворяет ли вас уровень комфортности образовательной среды?
 - полностью;
 - частично;
 - не удовлетворяет.
5. Удовлетворяет ли вас стиль взаимоотношений участников образовательного процесса (*оцените по пятибалльной системе*)?
 - ученик-учитель _____

- учитель-учитель _____
 - учитель-родитель _____
6. Реализуются ли ваши целевые установки от посещения УДОД?
- выбор будущей профессии;
 - заполнение досуга;
 - укрепление здоровья;
 - возможность самоутверждения ребенка среди сверстников.
7. Удовлетворяют ли вас условия, в которых занимается ваш ребенок (оцените по пятибалльной системе)?
- материально-техническое обеспечение _____
 - санитарно-гигиенические условия _____
 - учебное обеспечение _____

Обработка анкеты

№п/п	Вопросы анкеты	Общее количество опрошенных	% от общего кол-ва
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			

Виды оценки: количественная (% соответствия) и качественная (ранжирование по 10-ти балльной шкале (1 место, 2 место и т.д.))

Алгоритм обработки результатов:

1. Расчет процентного соотношения ответов по каждой их позиции от общего числа респондентов.
2. Распределение полученных данных по критериям исследования (см. задачи исследования).
3. Анализ данных по каждой исследуемой группе.
4. По результатам исследования составить аналитический отчет, разработать рекомендации.