

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
БЛАГОВЕЩЕНСКОГО РАЙОНА

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
Детско-юношеская спортивная школа  
Благовещенского района

Принято на заседании  
педагогического совета  
от «26» июня 2020 года  
Протокол № 4



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУДО ДЮСШ  
Благовещенского района  
С.С. Мельников  
2020 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ФУТБОЛ»**

Возраст обучающихся: 7-18 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Тренер-преподаватель  
дополнительного образования:  
Мельников Сергей Сергеевич

Благовещенский район, 2020 год

## Содержание программы:

Пояснительная записка.....	3 -4
Цели и задачи программы.....	4
Содержание программы.....	4 - 13
Планируемые результаты.....	13 - 14
Формы аттестации. Оценочные материалы.....	14
Условия реализации программы.....	15
Литература.....	15-16

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Футбол - подвижная игра с мячом, одна из самых популярных игр в нашей стране и мире. Разнообразие технических и тактических действий игры в футбол и особенно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений детей, всестороннего развития их физических и психических качеств. Освоенные двигательные действия игры в футбол и сопряженные с ним физические упражнения являются эффективными средствами укрепления здоровья и реакции.

**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.

**Педагогическая целесообразность.** Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

**Адресат обучающихся.** Программа рассчитана на обучающихся 7-18 лет, не зависимо от пола (мальчики, девочки), которые принимаются без специального отбора по собеседованию, имеющих медицинский допуск.

**Форма организации.** Реализация программы предполагается в спортивных секциях, созданная по виду спорта в образовательном учреждении.

Так как реализация программы осуществляется на спортивно-оздоровительном этапе и не предполагает участия обучающихся в спорте высших достижений. Акцент сделан на регулярности применения

общеразвивающих нагрузок, равномерности распределения двигательной активности.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Общее количество учебных часов в год – 216. Режим тренировочных занятий:

Кол-во часов в неделю	Периодичность	Общее кол-во часов в год	Минимальный количественный состав группы	Оптимальный количественный состав группы
6	3 занятия в неделю по два часа	216	15 чел.	25 чел.

Занятия проводятся в группе, в которую зачисляются обучающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий футболом.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

### Цель:

Разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой, приобретение знаний и умений, необходимых футболистам, воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма. Личностное развитие обучающихся, формирование культуры здорового образа жизни, укрепление здоровья обучающихся.

### Задачи:

1. *Образовательные*: обеспечить в ходе тренировок усвоение, повторение, закрепление основных навыков и умений, обучающихся в футболе. Обучить техническим и тактическим приёмам футбола, научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

2. *Воспитательные*: формирование интереса и потребность в занятиях физическими упражнениями и спортом, разностороннее гармоничное развитие учащегося.

3. *Развивающие*: развитие скоростных способностей учащихся, координации, силы, гибкости, быстроты, ловкости, личностных и морально-нравственных черт личности. Развитие личностных качеств учащегося.

## 3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тренировочная деятельность организуется в течение всего календарного года, в соответствии с годовым учебным планом, календарным учебным графиком и календарем спортивно-массовых мероприятий.

### Учебный план I года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма контроля
		Теория (час)	Практика (час)	Всего (час)	
1	Вводное занятие	2	-	2	опрос
2	Тема 1. Теоретическая часть	6		6	Беседа, опрос
3	Тема 2. Техническая подготовка	16	24	40	Тест. Сдача нормативов
4	Тема 3. Специальная подготовка	30	74	104	Тест со всеми вспомогательными приспособлениями и инвентарем.
5	Тема 4. Общая физическая подготовка.	6	30	36	Сдача контрольных нормативов. Участие в контрольных играх.
6	Тема 5. Участие в соревнованиях, официальных и товарищеских играх.	6	20	26	Участие в соревнованиях
7	Итоговое занятие.	1	1	2	Тестирование. Сдача нормативов. Беседа
	<b>Итого (час)</b>	<b>67</b>	<b>149</b>	<b>216</b>	

### Календарный учебный график I года обучения

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	16.09.2020	11.06.2021	36	216	3 раза в неделю по 2 часа

### Задачи I-го года обучения:

#### **Обучающие:**

- ознакомить учащихся с классификацией средств физического воспитания и видов спорта;
- ознакомить с особенностями строения человека;
- ознакомить с правилами футбола, работой судей. ознакомить с техникой разных видов спортивной деятельности: комплекс прыжковых упражнений, элементы гимнастики, элементы акробатики, элементы спортивных игр, элементы футбола;
- обучать технике ведения мяча и технике передач.

#### **Развивающие:**

- развивать эмоциональную сферу обучающихся; способствовать развитию общей физической подготовки;
- развивать мышечную силу, гибкость, координацию; развивать воображение, произвольное внимание, зрительную память;
- расширять кругозор учащихся.

**Воспитательные:**

- вырабатывать умение работать в коллективе;
- воспитывать уважительное отношение друг к другу;
- приобщать детей к творческой деятельности;
- формировать у детей сознательное и ответственное отношение к своему здоровью;
- воспитывать чувство соперничества, соревновательную деятельность.

## Содержание программы I года обучения

### 1. Вводное занятие.

Знакомство с программой: цель и задачи, основное содержание, обзор литературы. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и во время соревнований.

### 2. Тема 1. Теоретическая часть.

#### ТЕОРИЯ

Классификация средств физического воспитания и видов спорта. Понятие «здоровый образ жизни». Футбол – одна из форм эффективных и привлекательных занятий физическими упражнениями, доступных для широких масс населения. Краткие сведения об опорно-мышечном аппарате (кости, суставы, мышцы), строение, функции внутренних органов, органов дыхания и кровообращения, пищеварения и нервной системы. Влияние физических упражнений на развитие и состояние различных органов и систем человека.

*Краткий обзор развития футбола в России и за рубежом.*

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и кубок России. Участие Российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, Мира, Олимпийские игры). Российские, Международные юношеские соревнования.

*Гигиена и закаливание.*

Общее понятие о гигиене. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, ногами. Гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание), гигиена сна. Гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу. Закаливание. Значение закаливания для повышения работоспособности и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям, роль закаливания в занятиях спортом. Использование естественных природных сил (солнца, воздуха и воды) для закаливания организма.

### *Правила игры.*

Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Оборудование и инвентарь. Существующие стандарты футбольных полей и тренировочных площадок. Размеры и требования к футбольным воротам. Виды, размеры и вес мяча. Инвентарь для учебно-тренировочных занятий.

### 3. Тема 2. Техническая подготовка.

#### ТЕОРИЯ

Показ и динамический разбор всех базовых технических элементов. Обучение навыкам жонглирования мячом Показ. Техническая подготовка включает в себя освоение специальных знаний и умений управлять мячом, а также обучение и совершенствование взаимодействий в игровых упражнениях и самой игре, развитие творческих способностей игроков.

#### ПРАКТИКА

##### *Различные способы перемещения.*

Бег: по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом (влево и вправо), Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Удары по мячу ногой и головой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу. Удар по воротам по движущемуся мячу. Удары на точность: в ноги партнеру, цель, на ходу двигающемуся партнеру. Удар в ворота после обводки. Игра головой с партнером. Индивидуальная игра головой. Прием (остановка) мяча. Отработка остановки мяча и своевременного короткого паса. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча на месте, в движении вперед и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

##### *Ведение мяча.*

Ведение внешней частью, внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы: правой и левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

### 4. Тема 3. Специальная подготовка.

#### ТЕОРИЯ

Значение и необходимость для футболиста специальной подготовки. Работа в анаэробном режиме тренировок и выполнение специальных беговых упражнений.

#### ПРАКТИКА

*Обманные движения (финты).*

Обучение финтам. Финт «ложный замах на удар». Финт «ложная остановка». Финт «уход с мячом». Финт «выпад в сторону». Финт «переступание через мяч».

#### *Отбор мяча*

Перехват мяча. Отбор мяча в выпаде. Отбор мяча в полу шпагате и шпагате. Отбор мяча в подкате, толчком плеча. Комплексное выполнение технических приемов. Комплексные упражнения с элементами ведения и отбора мяча. Отработка элементов жонглирования, передач ведения и различных вариантов перемещения с мячом по полю.

#### *Тактика вратаря.*

Правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», удар от своих ворот, введение мяча в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, правильная позиция при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Выполнение упражнений, направленных на повышение специальной подготовки.

### 5. Тема 4. Общая физическая подготовка

#### ТЕОРИЯ

Разбор необходимости ОФП для базовой подготовки футболистов на разных этапах подготовки. Кроссы. Беговая подготовка по пересеченной местности. Бег в гору и с горы. Общая физическая подготовка (ОФП) решает задачу повышения общей работоспособности. В качестве основных средств, применяются: общеразвивающие упражнения, как с предметами (гантели, скакалки, набивные мячи, гимнастические палки, обручи), так и без предметов, а также упражнения из других видов спорта (гимнастика, акробатика, легкая атлетика, плавание, лыжи, спортивные игры). Все эти средства оказывают общее воздействие на организм занимающихся, при этом развивается и укрепляется опорно-двигательный аппарат, совершенствуются функции внутренних органов и систем, улучшается координация движений, повышается уровень двигательных качеств, укрепляются защитные функции организма. Скоординированное развитие основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости) - необходимое условие успешной подготовки футболиста.

1. Силовые способности. Общая характеристика силовых способностей. Физиологические характеристики силы. Сила мышц. Основные категории силы: статическая, динамическая, взрывная. Средства развития силовых способностей.

2. Быстрота. Общая характеристика быстроты. Физиологические характеристики быстроты. Основные понятия: быстрота реакции и мышления, быстрота выполнения простых игровых действий, быстрота исполнения сложных игровых действий, быстрота взаимодействия футболистов. Средства развития быстроты.

3. Гибкость. Общая характеристика гибкости. Физиологические характеристики гибкости. Общая и специальная гибкость. Подвижность. Средства развития гибкости.



4. Ловкость Общая характеристика ловкости. Физиологические характеристики ловкости. Ловкость общая и специальная. Средства развития ловкости.

Практика Средства развития ОФП

#### ПРАКТИКА

Обще развивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости). махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. положениях - наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лёжа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседание с партнёром, переноска партнёра на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления. Обще развивающие упражнения с предметами (развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты). - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча, лёжа) и в движении. разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания. и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полу приседе. - броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении. Акробатические упражнения (развитие ловкости) в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Длинный кувырок вперёд. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. перевороты.

5. Подвижные игры и эстафеты. (развитие ловкости, быстроты, силы, ) координацию. гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Легкоатлетические упражнения (развитие быстроты, ловкости, выносливости). на 30, 60, 100, 300, 400, 500, 800м. Спортивные игры. Выполнение тренировочных программ и различных упражнений. направленных на улучшение ОФП.

6. Тема 5. Участие в соревнованиях.

#### ТЕОРИЯ

Разбор игры соперника и анализ действий своей команды и каждого индивидуально.

#### ПРАКТИКА

Выполнение всех заданий и задач во время официальных и тренировочных игр. Внутригрупповые соревнования по общей физической подготовке, по подвижным и спортивным играм, учебные игры по футболу. Межгрупповые соревнования по общей физической подготовке между группами.

7. Итоговое занятие.

ТЕОРИЯ

Самостоятельная работа. Тестирование. Беседа.

ПРАКТИКА

Сдача нормативов.

## Календарно-тематическое планирование I-го года обучения

Дата занятия		Название раздела, темы	ВСЕГО (час)	Примечание
планируе мая	фактичес кая			
<b>Вводное занятие</b>			2	
		Введение в программу. Правила поведения и техника безопасности.	2	Опрос, беседа.
<b>Тема № 1. Теоретическая часть</b>			6	
		Что такое футбол. Правила игры.	2	Беседа и опрос
		Правила игры в мини-футбол и во все виды футбола. История создания правил. Развитие футбола..	2	Беседа
		Гигиена и закаливание. Оборудование и инвентарь. Правила игры.	2	Беседа и опрос
<b>Тема № 2. Техническая подготовка</b>			40	
		Базовые технические элементы. Правила игры.	2	
		Жонглирование мячом. Правила игры	2	
		Ведение мяча без сопротивления	2	
		Ведение мяча с сопротивлением	2	
		Обводка фишек с ударом по воротам	2	
		Обводка конусов с уходом в сторону	2	
		Ведение мяча с изменением направления и ритмией движения	2	
		Жонглирование ногой. Единоборство.	2	
		Жонглирование стопой. Статика с резинкой.	2	
		Жонглирование головой Работа в паре.	2	
		Жонглирование бедром	2	
		Жонглирование внутренней частью стопы	2	
		Единоборство в паре. Фланговая атака.	2	
		Единоборство в паре с мячом и без мяча.	2	
		Передачи в парах всеми частями тела.	2	
		Передачи в парах верховая борьба.	2	
		Передачи в парах с контролем и разворотом на 360*	2	
		Жонглирование в паре сидя и в движении.	2	
		Жонглирование в паре двух мячей.	2	
		Жонглирование в паре и передачи по сигналу тренера.	2	
<b>Тема № 3 Специальная подготовка</b>			104	
		Жонглирование в парах. История	2	

		футбола Просмотр фильма.		
		История спорта Приём на грудь. Просмотр фильма.	2	
		Дистанционное ведение и передача с изменением направления. Система игры при линейной обороне.	2	
		Короткое ведение и передача с обратным пасом. Система игры при позиционной атаке.	2	
		Быстрое ведение и длинная диагональная передача. Игровая схема Видоизменяемость схем.	2	
		Медленное ведение и быстрый пас с изменением направления. Игровая схема Моделирование игры	2	
		Ложный замах. Отработка финтов. Игровая модель Оборона.	2	
		Игровая модель Атака. Уход в сторону с изменением направления передачи.	2	
		Финты. Жонглирование в паре с уходом в сторону с мячом по сигналу. Работа корпусом. Единоборство в паре.	2	
		Прием на грудь с уходом в сторону. Индивидуальная беседа.	2	
		Дистанционное ведение и передача с изменением направления движения.	2	
		Короткое ведение и передача с обратным пасом. Финт Зидана. Ложный замах.	2	
		Быстрое ведение и длинная диагональная передача. История футбола.	2	
		Медленное ведение и быстрый пас с изменением направления. История спорта.	2	
		Ложный замах отработка финтов. Система игры при линейной обороне	2	
		Уход в сторону с изменением направления передачи. Система игры при позиционной атаке.	2	
		Работа корпусом Единоборство в паре. Игровая схема. Видоизменяемость схем.	2	
		Индивидуальная беседа Подведение итогов. Игровая модель. Моделирование игры.	2	
		Индивидуальная беседа Постановка целей и задач. Игровая модель. Оборона	2	
		Финт Зидана. Ложный замах. Игровая модель. Атака.	2	
		Расположение игроков при стандартах.	2	
		Движение в линиях с выходом в атаку. Расположение игроков при стандартах	2	
		Движение в линиях с выходом в атаку. Работа в тройках с движением в линию.	2	
		Спортивная усталость. Питание и сон. Игра в мини-футбол . Анализ ошибок	2	
		Работа в тройках Контроль мяча. Игровая зависимость от партнёров	2	
		Работа в тройках Удержание мяча.	2	

		Подведение годовых итогов.		
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок.	2	
		Работа в четверках Перемещение с мячом в движении и пас на ход.	2	
		Работа в четверках. Единоборство в парах	2	
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок	2	
		Игра в зонах Разбор контроля линии	2	
		Игра в линиях. Разбор контроля зон	2	
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок	2	
		Взаимозаменяемость в зонах.	2	
		Движение с мячом Изменение вектора	2	
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок.	2	
		Жонглирование стопой. Удержание.	2	
		Работа в тройках с движением в линию	2	
		Игра в мини-футбол . Анализ ошибок	2	
		Работа в тройках Контроль мяча.	2	
		Работа в тройках Удержание мяча.	2	
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок. Силовая подготовка.	2	
		Работа в четверках Перемещение с мячом в движении и пас на ход.	2	
		Работа в четверках Единоборство в парах	2	
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок	2	
		Игра в зонах Разбор контроля линии.	2	
		Игра в линиях. Разбор контроля зон.	2	
		Игра в мини-футбол. Анализ ошибок	2	
		Взаимозаменяемость в зонах.	2	
		Движение с мячом Изменение вектора.	2	
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок	2	
		Жонглирование стопой. Удержание.	2	
<b>Тема № 4 Общая физическая подготовка</b>			<b>36</b>	
		Спортивная усталость. Питание и сон. Кросс. Стретчинг.	2	
		Передачи внутр. частью стопы Удар в ворота. Кросс. Стретчинг.	2	
		Скрытая передача Игра в касание.	2	
		Игра в мини-футбол. Анализ ошибок. Кросс. Силовая подготовка.	2	
		Верховые передачи. Точность удара головой.	2	
		Верховые передачи. Точность удара стопой.	2	
		Игра в мини-футбол. Анализ ошибок.	2	
		Передача пяткой. Скрытая передача	2	
		Прием и ведение носком Аритмия .	2	
		Игра в мини-футбол Анализ ошибок.	2	
		Жонглирование в паре. Правильное выполнение передач верхом.	2	
		Движение с мячом Рваный ритм с уходом.	2	
		Игра в футбол. Анализ ошибок.	2	
		Статика в футболе Статика при ударе.	2	
		Техническая подготовка. Индивидуальная работа с мячом.	2	

		Жонглирование.		
		Игра в футбол. Анализ ошибок. Игровая зависимость от партнёров.	2	
		Удар подъемом. Точность и сила удара.	2	
		Удар с подрезкой. Скрытый удар и пас.	2	
<b>Тема № 5 Участие в соревнованиях и играх</b>			26	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
		Разбор игры противника. Соревнование. Анализ ошибок.	2	
<b>Итоговое занятие</b>				
		Подведение годовых итогов. Сдача нормативов.	2	
<b>ИТОГО</b>			216	

## 4. Планируемые результаты

### 1. Планируемые результаты I-го года обучения:

#### Предметные

- знание техники безопасности при выполнении упражнений;
- умение выполнять основные элементы футбола;
- знание техники выполнения передач, техники ведения мяча и удара по мячу;
- знание правил и терминологии футбола; знание работы арбитров и судей.

#### Метапредметные

- сформированность адекватной самооценки учебных достижений;

- способность управлять своими движениями, правильно использовать свой физический потенциал;
- знание особенностей строения человека;
- умение выбирать наиболее рациональные способы при выполнении комплексов упражнений, направленных на развитие быстроты, силы, ловкости и координации.

#### **Личностные**

- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; приобретение опыта общественно-полезной социально-значимой деятельности;
- сформированное уважительное отношение к товарищам по команде.

### **5. Формы и средства аттестации. Оценочные материалы.**

#### **Входной контроль**

проводится на первых занятиях с целью выявления отношения ребенка к выбранной деятельности, его способностей и возможностей в данном виде деятельности, а также личностных качеств. Контроль осуществляется в форме анкетирования, собеседования, педагогического наблюдения. Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся. Используются такие формы текущего контроля, как наблюдение, беседа, опрос, принятие контрольных нормативов, соревнования.

#### **Промежуточный контроль**

проводится по окончании изучения каждой темы (а также по окончании всех полугодий и 1-года обучения), в форме тестов, принятия контрольных нормативов, соревнований. Кроме того, результат может быть зафиксирован в виде фотоматериалов, грамот и дипломов.

#### **Итоговый контроль**

проводится по окончании обучения по программе. Формы – тестирование, принятие контрольных нормативов, участие в соревнованиях различного уровня. Для оценки личностных изменений используется педагогическое наблюдение, анкетирование, собеседование. Основной формой предъявления результата на любом этапе является участие в соревнованиях различного уровня.

## **6. Условия реализации программы**

*Состав группы разновозрастный.*

1-ый год обучения –наполняемость группы 20-25 человек.

*Форма проведения занятий.*

Основные формы проведения занятий – комбинированное занятие, практическое занятие, тестирование, участие в соревнованиях и мероприятиях. Формы организации деятельности детей – фронтальная (беседа, показ, объяснение), коллективная, групповая, индивидуальная в рамках фронтальной (для коррекции пробелов в знаниях; при выполнении дифференцированных заданий).

*Материально-техническое оснащение*

Для успешной реализации программы необходимы:

- зал с разметками и освещением;
- спортивный инвентарь;
- подручные спортивные снаряды;

Для работы каждый обучающийся должен иметь индивидуальную спортивную форму, спортивную обувь для занятий.

## **7. Литература**

1. Аганянц Е.К., Бердичевская Е.М., Демидова Е.В. Физиологические особенности развития детей, подростков, юношей: Учебное пособие. – Краснодар: КубГАФК, 1999. - 70с.
2. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. - М.: Физкультура и спорт, 1994. - 223 с.
3. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. - М., 1998.
4. Васильков Г.А., От игр к спорту. - М., 1992.
5. Гандельсман А.Б., Смирнов К.М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. - М.: ФиС, 2000 г.
6. Гриндлер К., Пальке Х., Хеммо Х. Физическая подготовка футболистов. Пер. с нем. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – С.12-26.
7. Денни Милке, Футбол. Основы игры. Самый короткий путь к изучению основ футбола; перевод с англ. В.И. Бродецкого. - М.: АСТ, 2007.
8. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. — М., 1991.
9. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера - III этап (13-15 лет)/Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе - М.: Олимпия, Человек, 2007.
10. Локтев С.А., Алексанянц Г.Д., Сулимова Т.Г. Особенности тестирования общей физической работоспособности у детей и подростков. //Теория и практика физической культуры. – 1991. - №10. – С.53.

11. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М.: Педагогика, 1998. – 128с.
12. Николаева Л.В. Знаете ли Вы, что такое круговая тренировка. – Физическая культура в школе. – 1967. – №7. – С.11-15.
13. Фомин Н.А., Филин В.П. Возрастные основы физического воспитания. - М.: Физкультура и спорт, 1972. – С.45-58.
14. Футбол. Учебник для физ. ин-тов. Под ред. Казакова П.Н. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 256 с.
15. Футбол: Учебник для институтов физической культуры. Под ред. Полишкиса М.С., Выжгина В.А. – М.: Физкультура, образование и наука, 1999. – 254 с.
16. Шестаков М.М., Красюк Г.В. Футбол. Методические основы учёта индивидуальных особенностей игроков при планировании нагрузки: Учебно-методическое пособие. - Краснодар: КГАФК, 1995. - 24 с.