

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 2 с углубленным изучением отдельных предметов
структурное подразделение дополнительного образования детей «Вундеркинд»
п.г.т.Усть – Кинельский городского округа Кинель
Самарской области

СОГЛАСОВАНО:
Начальник СП ДООД «Вундеркинд»
Н.А. Оленина
« 28 » сентября 2022 г



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ №2
Ю.А. Плотников
Приказ № 16-1-08 от « 28 » сентября 2022 г.

Принята на заседании педагогического
совета СП ДООД «Вундеркинд»
от « 28 » сентября 2022 г.
Протокол № 5

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно - спортивной направленности

ПО ВИДУ СПОРТА ФУТБОЛ «Мой выбор - футбол»

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации программы 3 года

Разработчик:
Шакуров Рашид Фаритович
педагог дополнительного образования

п.г.т.Усть – Кинельский, 2022 год

Оглавление

I. Пояснительная записка.....	4
II. Учебно-тематический план.....	10
III. Содержание.....	14
IV. Методическое обеспечение, материально-техническое обеспечение.....	30
VI. Список литературы.....	33

Дополнительное образование детей охватывает возраст обучающихся от 6 до 18 лет. Таким образом, дополнительные образовательные программы физкультурно-спортивной направленности связанные с футболом, если учитывать весь период учебно-воспитательного процесса несовершеннолетних, можно разделить на уровни:

- 1 Дошкольный (возраст 6 лет)
- 2 Начальный (возраст 7-10 лет)
- 3 Основной (возраст 11-14 лет)
- 4 Средний общий (возраст 15-18 лет)

На каждый уровень в СПДОД «Вундеркинд» Шакуровым Р.Ф. составлена соответствующая программа:

- 1 Дошкольный - «Я выбираю спорт» (возраст 6 лет, продолжительность 1 год)
- 2 Начальный - «Мой выбор - футбол» (возраст 7-10 лет, продолжительность 3 года)
- 3 Основной - «Могу лучше» (возраст 11-14 лет, продолжительность 3 года)
- 4 Средний общий - «Вместе с футболом навсегда» (возраст 15-18, продолжительность 2 года)

Все программы составлены с учетом требований:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.

Программа «Мой выбор - футбол» предназначена для детей младших классов/начальной школы, срок реализации 3 года. Учитывая, что дополнительное образование – это вид образования, который направлен на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей человека в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом и (или) профессиональном совершенствовании и не сопровождается повышением уровня образования, данная программа предназначена для вовлечения детей в физическую культуру и спорт с помощью занятий футболом.

Программа рассчитана на 378 часа, срок реализации 3 года. Программа состоит из трех уровней (первый, второй, третий год обучения). Каждый год разделен на модули.

Первый год обучения состоит из модулей: введение, тестирование, ОФП/СФП, подвижные игры, техника.

Второй год обучения состоит из модулей: введение, тестирование, ОФП/СФП, подвижные игры, техника, тактика.

Третий год обучения состоит из модулей: введение, тестирование, ОФП/СФП, подвижные игры, техника, тактика, простейшие комбинации.

Программа модульная, многоуровневая.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Футбол – командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) больше, чем команда соперника. Игрок, играющий в эту игру — футболист.

Футбол, являясь одной из старейших и самых популярных спортивных игр в мире, является наиболее мощным средством агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм детей. Формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

Круглогодичные занятия футболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость организма к заболеваниям и усиливают его адаптационные возможности. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, является комплексным и универсальным средством всестороннего развития и

воспитания личности.

Настоящая программа составлена в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.11.2012г. № 273-ФЗ (ред. от 01.05.2019) «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства спорта РФ от 27.12.2013г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», приказом Министерства России от 27.03.2013г. № 147 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол», Уставом ГБОУ СОШ №2, локальными и нормативными актами СП ДОД «Вундеркинд» ГБОУ СОШ №2.

Направленность программы. Программа имеет физкультурно – спортивную направленность. Ее цель и задачи направлены на укрепление здоровья, формирования навыков здорового образа жизни, морально – волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Отличительные особенности Программы. Привлечение юного поколения к занятиям спорта, формирование понятия «ценность здоровья», понятия коллективизма, формирование мотивации к здоровому образу жизни. Сегодня, когда здоровье подрастающего поколения вызывает особую тревожность в обществе, когда с катастрофической быстротой молодеет пристрастие к вредным и губящим привычкам, что приводит к необратимым процессам деградации личности, очень важно вовлечение обучающихся регулярными занятиями спортом. Большинство существующих физкультурно – спортивных программ в основном направлены на реализацию в спортивных школах и имеют профессиональный характер. Спортивные школы, зачастую работают по жестко регламентированной соревновательной схеме, с жестокой конкуренцией, нацеленной на победу. Многие дети не способны, или по тем иным причинам не могут, заниматься «большим спортом». В программе основной целью не является достижение результата любой ценой, не ставится перед собой задача - в первую очередь достижения больших спортивных результатов, приоритетом является создание команды, привлечение юного поколения к занятиям спортом, формирование понятия «ценность здоровья», понятия коллективизма, формирование мотивации к здоровому образу жизни. Но при этом программа обеспечивает потребность в занятиях, близких по содержанию к занятиям в спортивных школах и в детских футбольных клубах, со стороны одаренных и перспективных детей.

Актуальность. Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны обучающихся и их родителей, на программы физкультурно – спортивной направленности, а именно по футболу. т.к. на территории поселка городского типа Усть–Кинельский нет спортивных школ,

и значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Футбол - игра популярная и доступная, которая позволяет обучающимся постигать азбуку коллективизма и товарищества, эмоциональной разгрузки, отвлекает от пустого времяпрепровождения и тяги к вредным привычкам. Поэтому одной из важнейших задач, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в объединениях по футболу. Кроме этого, футбол включается в мероприятия по физическому воспитанию: физкультурно-спортивные праздники, поселковые, городские, областные спортивные соревнования, занятия в объединении дают возможность обучающимся выступать за команду своего поселка, сборной г. Кинель, футбольные клубы г. Самара, на различных уровнях.

Педагогическая целесообразность. Специально подобранные игровые упражнения (индивидуальные, в группах, в 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 обучающихся (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.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций обучающихся. Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести поражения и победы. Систематические тренировки благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Цель программы – формирование разносторонне и гармонично физически развитой личности, использование средств футбола для укрепления

и сохранения здоровья, воспитания профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями.

Так же целью программы является подготовка обучающихся к следующему году обучения в системе дополнительного образования СПДОД Вундеркинд по более сложной программе. Тем самым соблюдается разноуровневость между программами (годами обучения) и принцип развития детей «от простого к сложному».

Также обучение по данной программе дает возможность развиваться и совершенствоваться, как одаренным и перспективным детям, так и детям без спортивных профессиональных перспектив и возможностей.

Цель раскрывается более полно в процессе обучения на основе поставленных задач.

Обучающие:

- знакомство с основными этапами становления российского футбола, историей развития данного вида спорта в Самарской области, за рубежом;
- обучение техническим приемам игры;
- обучение базовым тактическим действиям;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола и мини-футбола;
- формирование начальных навыков игрока-футболиста: знание правил поведения на поле; общения с судьями, товарищами по команде и соперниками; адекватная реакция на замечания и подсказки тренера, на поведение болельщиков и зрителей.

Развивающие:

- развитие мотиваций к систематическим занятиям физической культурой;
- укрепление здоровья средствами физической культуры;
- развитие коммуникативных навыков в детском коллективе;
- развитие самостоятельности и творческого мышления;
- развитие ловкости, силы, быстроты, выносливости.

Воспитывающие:

- привитие интереса к систематическим занятиям футболом и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся, социальной активности;
- формирование навыков соблюдения спортивной этики и дисциплины;
- воспитание личностных качеств: целеустремленность, умение работать в команде, ответственность, коммуникабельность, оперативность в принятии решений;
- воспитание у обучающихся трудолюбия, упорства в достижении желаемых результатов, чувства товарищества, настойчивости,

решительности и смелости, инициативности и самостоятельности, выдержки и самообладание.

Адресат программы. В группы принимаются обучающиеся в возрасте 7-10 лет и распределяются по возрастным категориям: 7-8 лет, 8-9 лет, 9-10. Стоит сразу отметить, что дети могут распределяться по группам в зависимости от физических, умственных, психологических способностей и особенностей. (Пример: пришли двое ребят 8-ми лет. Один из которых опережает развитие своего возраста, а другой отстает. Соответственно первый будет обучаться в группе 8-9лет, а возможно и в 9-10. Второй в группе 7-8 лет). Набор детей осуществляется вне зависимости от их способностей, уровня физического развития, но при наличии медицинского заключения (допуска врача к занятиям) и желания ребенка заниматься футболом. Оптимальное количество занимающихся в возрастной группе 12 человек.

Срок реализации Программы. Программа рассчитана на 3 год обучения (108 недель, 378 часов).

Форма обучения очная, но при необходимости подразумевает дистанционное обучение. Например: в ситуациях карантина, когда дети не могут посещать учебное заведение.

При очном обучении занятия проводятся в группе, но подразумевает индивидуальный подход к каждому ребенку, учитывая физические, психические способности обучающегося.

Форма организации деятельности - разноуровневая (I – 7-8 лет, II – 8-9 лет, III – 9-10 лет). Каждый уровень включает в себя модули. При этом сохраняется принцип «от простого к сложному».

Режим занятий. Обучение проводится 3 раза в неделю (всего 3,5 академических часа) с обязательным перерывом на отдых и проветривание помещения согласно Постановлению Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

В зимний период занятия могут проводиться, начиная с III-го уровня - обучающиеся в возрасте 9-10 лет, на улице. При температуре не ниже -8 градусов.

Ожидаемые результаты реализации Программы.

В результате систематических занятий и тренировок обучающиеся хорошо развиваются физически, у них вырабатываются и закрепляются

навыки и умения интуитивно прогнозировать ситуацию на футбольном поле, самостоятельно находить правильное решение выхода из сложившейся ситуации.

У обучающихся воспитывается чувство коллективизма, умение действовать в команде, взаимовыручка. Ребята должны владеть: технико-тактическими приёмами, стратегией игры, логическим мышлением для самостоятельного решения задач на поле; они должны приобщиться к здоровому образу жизни, выработать нравственные качества: волю к победе, настойчивость, целеустремлённость и взаимовыручку.

Личностные результаты освоения программы:

- осознано выбирать вид деятельности;
- выражать положительное отношение к процессу познания;
- проявлять внимание, желание больше узнать;
- обучающийся способен к волевому усилию при достижении поставленной цели;
- обучающийся способен дать адекватную самооценку и корректную оценку качества выполнения работ другими людьми;
- применять правила делового сотрудничества в коллективном процессе.

Метапредметные результаты освоения программы:

- принимать и выполнять поставленную задачу;
- удерживать цель деятельности до получения её результата;
- корректировать деятельность: вносить изменения в процесс с учётом возникших трудностей и ошибок, намечать способы их устранения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, не совпадающих с его собственной;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- уметь задавать вопросы.

Предметные результаты освоения программы:

- получить теоретические сведения о футболе, правилах игры;
- ознакомиться с правилами техники безопасности;
- владеть системой практических умений и навыков обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- знать основы техники и «базовой» тактики игры;
- уметь проводить учебный (товарищеский) и соревновательный матч с выполнением заданий и установок тренера-педагога;
- работать в коллективе и команде.

Способы определения результативности:

Система контроля

Педагогический контроль педагога

- контроль за посещаемостью занятий;
- контроль за тренировочными нагрузками;
- контроль за состоянием занимающихся;
- контроль за техникой выполнения упражнений;
- контроль за поведением во время занятий.

Способами проверки знаний и умений являются:

- текущий контроль умений и навыков,
- промежуточный тематический контроль умений и навыков,
- итоговый контроль умений и навыков.

Но основным показателем является – поведение воспитанника. Поведение на скамейке запасных, в раздевалке, в игре (товарищеской, официальной, тренировочной). Важно, как себя ведет ребенок за пределами игры и в различных игровых ситуациях, как игрок, как человек, как спортсмен. Важно, как реагирует на победы, поражения, замечания и подсказки педагога. Так как целью и задачей дополнительного образования, в первую очередь, является обеспечение развития и воспитания детей, их жизненное и профессиональное самоопределение.

II. Учебно-тематический план программы

Таблица 1

Год обучения	Уровни	Трудоёмкость (кол-во ак.ч.)			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1 год обучения	I уровень 7-8 лет	126	8	118	Педагогические наблюдения.
	1. ОФП/СФП	25.5	3	22.5	
	2. Подвижные игры	72.5	3.5	69	
	3. Техника	28	1.5	26.5	
2 год обучения	II уровень 8-9 лет	126	10	116	
	1. ОФП/СФП	20.5	1.5	19	
	2. Подвижные игры	67	3.5	63.5	
	3. Техника	31.5	1.5	30	
	4. Тактика	7	3.5	3.5	
3 год обучения	III уровень 9-10	126	19	107	
	1. ОФП/СФП	18	2	16	
	2. Подвижные игры	55.5	1.5	54	
	3. Техника	31.5	1.5	30	
	4. Тактика	10.5	7	3.5	
	5. Простейшие комбинации	10.5	7	3.5	
Итого		378	36.5	341.5	

Построение годового цикла подготовки футболистов в СП ДОД

«Вундеркинд» является одним из важных компонентов программы. Основная суть сводится к рациональному распределению программного материала на один учебный год

Учебно-тематический план на первый год обучения.

I уровень 7-8 лет

Таблица 2.

№ п/п	Название раздела/модуля, темы	Количество часов (академ-х)			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	ОФП/СФП	25.5	3	22.5	Наблюдение
	Введение				
	1.1. Вводное занятие, ТБ.	0.2	0.2		
	1.2. Беседа о ЗОЖ	0.2	0.2		
	1.3. История развития футбола.	0.3	0.3		
	1.4. Правила игры.	0.3	0.3		
	Тестирование				
	1.5 Бег 30 м.	0.5		0.5	
	1.6 Бег 250 м.	0.5		0.5	
	1.7 Прыжок в длину с места	0.7	0.2	0.5	
	1.8 Бег 30 м. с ведением мяча	0.6	0.1	0.5	
	1.9 Вбрасывание мяча руками	0.6	0.1	0.5	
	1.10 Жонглирование мячом	0.6	0.1	0.5	
	ОФП/СФП				
	1.11 Разновидности ходьбы	1.2	0.2	1	
	1.12 Комплексы общеразв. Упр.	6.5	0.5	6	
1.13 Разновидности бега	1.7	0.2	1.5		
1.14 Развитие гибкости	3.2	0.2	3		
1.15 Развитие быстроты	4.2	0.2	4		
1.16 Развитие ловкости	4.2	0.2	4		
2	Подвижные игры	72.5	3.5	69	Наблюдение Опрос
	2.1 Игры на ловкость/скорость	2.5	0.5	2	
	2.2 Игры на скорость/мышление	1.5	0.5	1	
	2.3 Игры с элементами футбола	11.5	1.5	10	
	2.4 Игра в футбол/мини-	57	1	56	

	футбол				
3	Техника	28	1.5	26.5	Наблюдение Опрос
	3.1 Дриблинг	4.2	0.2	4	
	3.2 Прием/обработка	4.4	0.4	4	
	3.3 Передачи/удары	4.2	0.2	4	
	3.4 Развороты 90/180	7.2	0.2	7	
	3.5 Финты	8	0.5	7.5	
	Итого	126	8	118	

Учебно-тематический план на второй год обучения.

II уровень 8-9 лет

Таблица 3.

№ п/п	Название раздела/модуля, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	ОФП/СФП	20	1	19	Наблюдение
	1.1. Вводное занятие, ТБ.	0.25	0.25		
	1.2. Беседа о ЗОЖ	0.25	0.25		
	1.3 Бег 30 м.	0.3		0.3	
	1.4 Бег 250 м.	0.6		0.6	
	1.5 Прыжок в длину с места	0.5	0.2	0.3	
	1.6 Бег 30 м. с ведением мяча	0.7	0.1	0.6	
	1.7 Вбрасывание мяча руками	0.2	0.1	0.1	
	1.8 Жонглирование мячом	0.7		0.6	
	1.9 Кол-во отжиманий от пола за 30 сек.	0.2		0.2	
	1.10 Кол-во приседаний за 30 сек	0.3		0.3	
	1.11 Разновидности ходьбы	1		1	
	1.12 Комплексы общеразв. упр.	4		4	
	1.13 Разновидности бега	3		3	
	1.14 Развитие гибкости	2		2	
	1.15 Развитие быстроты	2		2	
	1.16 Развитие ловкости	2		2	
	1.17 Развитие силы	2		2	
2	Подвижные игры	67	3.5	63.5	Наблюдение Опрос
	2.1 Игры на ловкость/скорость	2.5	0.5	2	
	2.2 Игры на скорость/мышление	4	1	3	
	2.3 Игры с элементами футбола	10.5	1	9.5	
	2.4 Игра в футбол/мини-футбол	50	1	49	
3	Техника	32	1.5	30.5	Наблюдение Опрос
	3.1 Дриблинг	3.5		3.5	
	3.2 Прием/обработка	5.2	0.2	5	
	3.3 Передачи/удары	5.1	0.1	5	
	3.4 Развороты 90/180	5.2	0.2	5	
	3.5 Финты	6.5	0.5	6	
	3.6 1VS1	6.5	0.5	6	

4	Тактика	7	3.5	3.5	Наблюдение Опрос
	4.1 Индивидуальные действия без мяча	1	0.5	0.5	
	4.2 Индивидуальные действия с мячом	1	0.5	0.5	
	4.3 Групповые действия	4	2	2	
	4.4 Индивидуальные действия в обороне	0.4	0.2	0.2	
	4.5 Противодействия игре в стенку	0.6	0.3	0.3	
	Итого	126	9.5	116.5	

**Учебно-тематический план на третий год обучения.
III уровень 9-10 лет**

Таблица 4.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	ОФП/СФП	18	1.5	16.5	Наблюдение
	Вводное занятие				
	1.1 ТБ.	0.25	0.25		
	1.2. Беседа о ЗОЖ	0.25	0.25		
	Тестирование				
	1.3 Бег 30 м.	0.3		0.3	
	1.4 Бег 500 м.	0.6		0.6	
	1.5 Прыжок в длину с места	0.5	0.2	0.3	
	1.6 Бег 30 м. с ведением мяча	0.7	0.1	0.6	
	1.7 Вбрасывание мяча руками	0.2	0.1	0.1	
	1.8 Жонглирование мячом	0.7	0.1	0.6	
	1.9 Кол-во отжиманий от пола за 30 сек.	0.2		0.2	
	1.10 Кол-во приседаний за 30 сек	0.3		0.3	
	1.11 Разновидности ходьбы	0.5		0.5	
	1.12 Комплексы общеразвивающих упражнений	2.2	0.2	2	
	1.13 Разновидности бега	1.7	0.2	1.5	
	1.14 Развитие гибкости	2		2	
	1.15 Развитие быстроты	2		2	
	1.16 Развитие ловкости	2		2	
1.17 Развитие силы	1.5		1.5		
1.18 Развитие выносливости	2.1	0.1	2		
2	Подвижные игры	55.5	1.5	54	Наблюдение Опрос
	2.1 Игры на ловкость/скорость	3.2	0.2	3	
	2.2 Игры на скорость/мышление	5.2	0.2	5	

	2.3 Игры с элементами футбола	10.1	0.1	10	
	2.4 Игра в футбол/мини-футбол	37	1	36	
3	Техника	31.5	1.5	30	Наблюдение Опрос
	3.1 Дриблинг	3.1	0.1	3	
	3.2 Прием/обработка	3.2	0.2	3	
	3.3 Передачи/удары	3.1	0.1	3	
	3.4 Развороты 90/180	3.1	0.1	3	
	3.5 Финты	6.2	0.2	6	
	3.6 1VS1	6.4	0.4	6	
	3.7 Соперник за спиной	6.4	0.4	6	
4	Тактика	10.5	7	3.5	Наблюдение Опрос
	4.1 Индивидуальные действия без мяча	0.6	0.5	0.1	
	4.2 Индивидуальные действия с мячом	0.7	0.5	0.2	
	4.3 Групповые действия	3.5	2	1.5	
	4.4 Индивидуальные действия в обороне	1.2	1	0.2	
	4.5 Групповые действия в обороне	3	2	1	
	4.6 Тактика вратаря	1.5	1	0.5	
5	Простейшие комбинации	10.5	7	3.5	Наблюдение Опрос
	5.1 Игра в стенку/противодействие	1.5	1	0.5	
	5.2 Игра на третьего/противодействие	3	2	1	
	5.3 Игра на столба/противодействие	2	1	1	
	5.4 Розыгрыши угловых/противодействие	4	3	1	
	Итого	126	18.5	107.5	

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

В программе указаны упражнения, которые используются для личностного развития обучающегося и его развития непосредственно, как спортсмена, как футболиста.

Указано временное соотношение, то есть необходимое количество часов на определенный раздел. Но соотношение конкретных упражнений в разделе педагог определяет самостоятельно. Связано это с тем, как усваивает материал определенная группа. Например: группа 7-8 лет усвоила такой прием, как

«перешаг с уходом в сторону», но командные действия в парах «розыгрыш в стенку» не освоены в полной мере. А при этом количество часов отведенных на «перешаг с уходом в сторону» еще имеются. Чтобы исключить подобные моменты педагог варьирует соотношение конкретных упражнений самостоятельно. И поэтому в программе указано общее количество на определенный раздел / модуль, а не конкретно на какую-то определенную тему одного занятия.

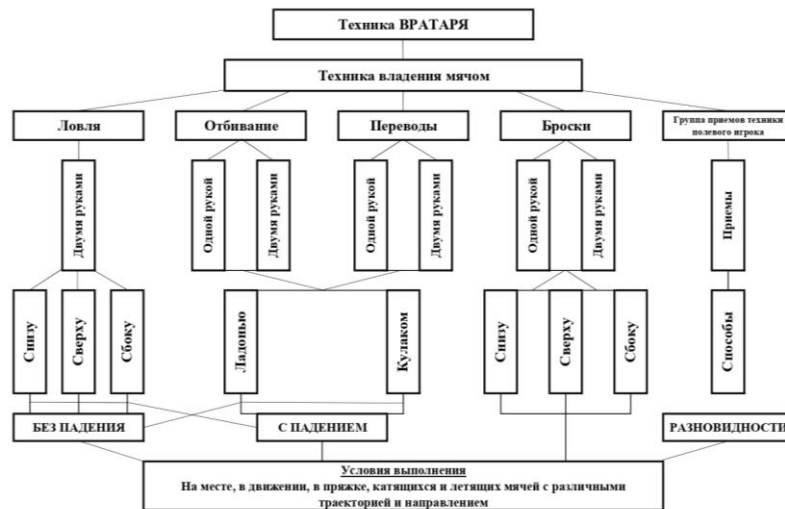
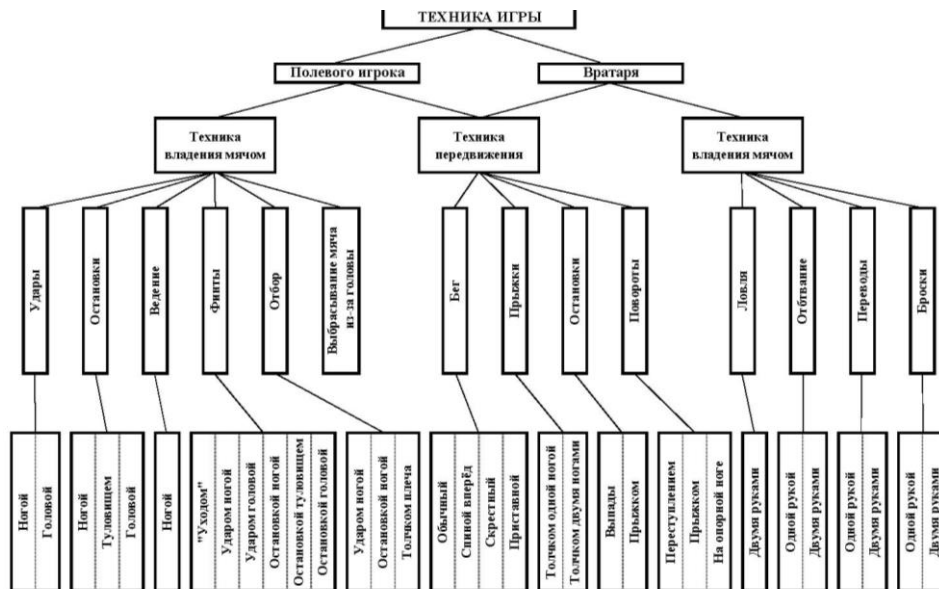
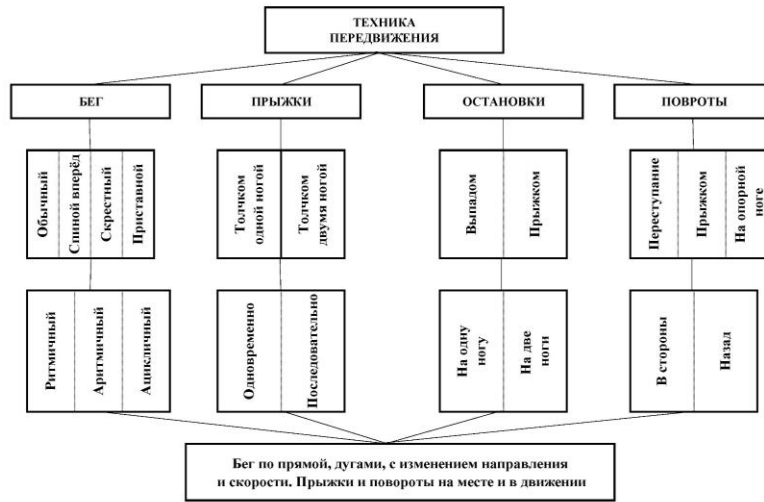
Разделы распределяются поочередно друг за другом в годовом плане. И повторяются по кругу в учебном году (ОФП, подвижные игры, техника, тактика, и вновь ОФП, подвижные игры, техника, тактика и.т.д.).

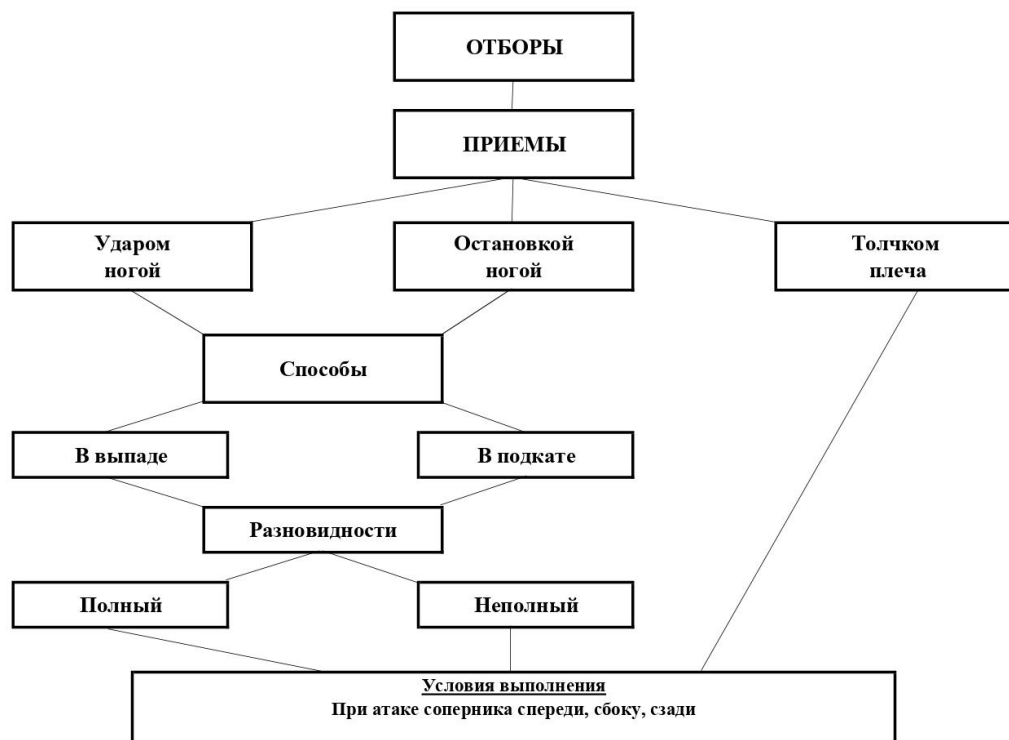
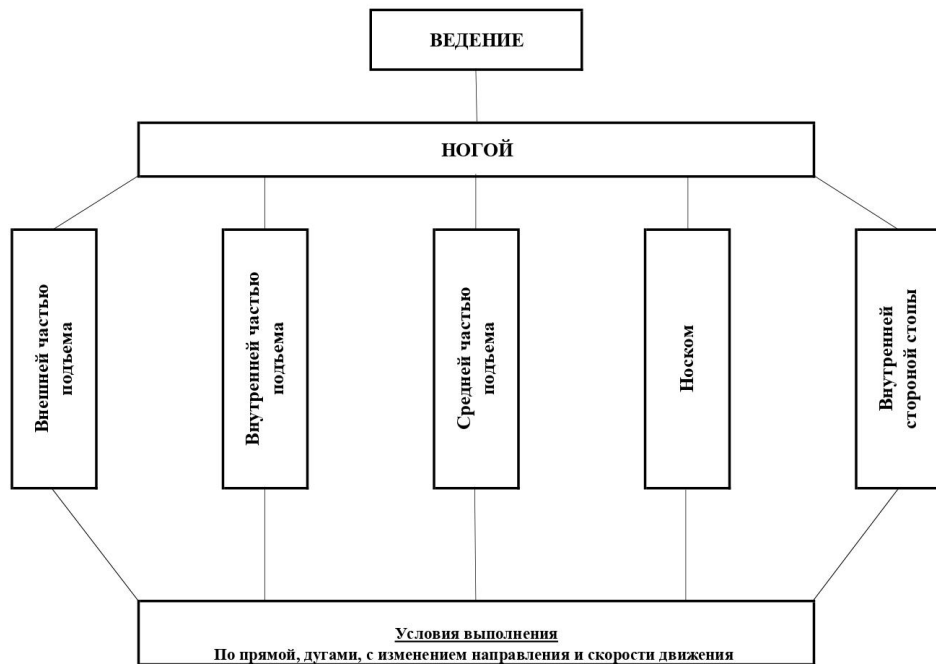
Определенный раздел занимает три занятия в неделю. И на следующую неделю определен следующий раздел. В неделе занятия организовываются по принципу «от простого к сложному». Условно: в группе 7-8 лет на четвертой недели по план-графику раздел «Техника». Таким образом в первое занятие данной недели выполняются определенные упражнения, во второе занятие эти же упражнения в более сложной форме или сочетание упражнений из первого занятия в более сложных условиях. И соответственно на третьем занятии еще в более сложных условиях (100-процентное сопротивление партнеров; игры, где нужно достичь цели, но применяя технические приемы изученные на этой неделе).

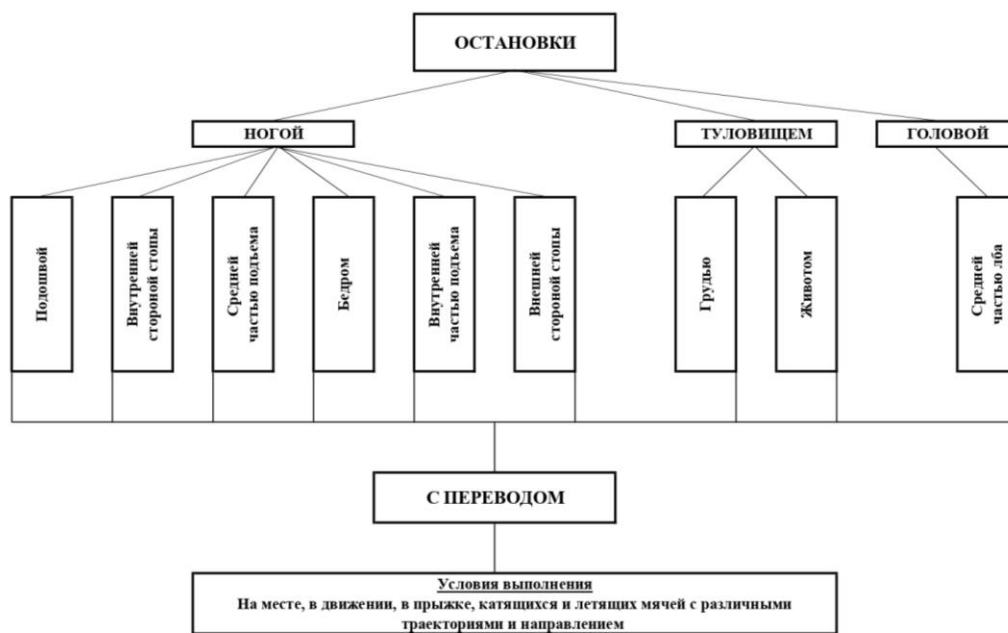
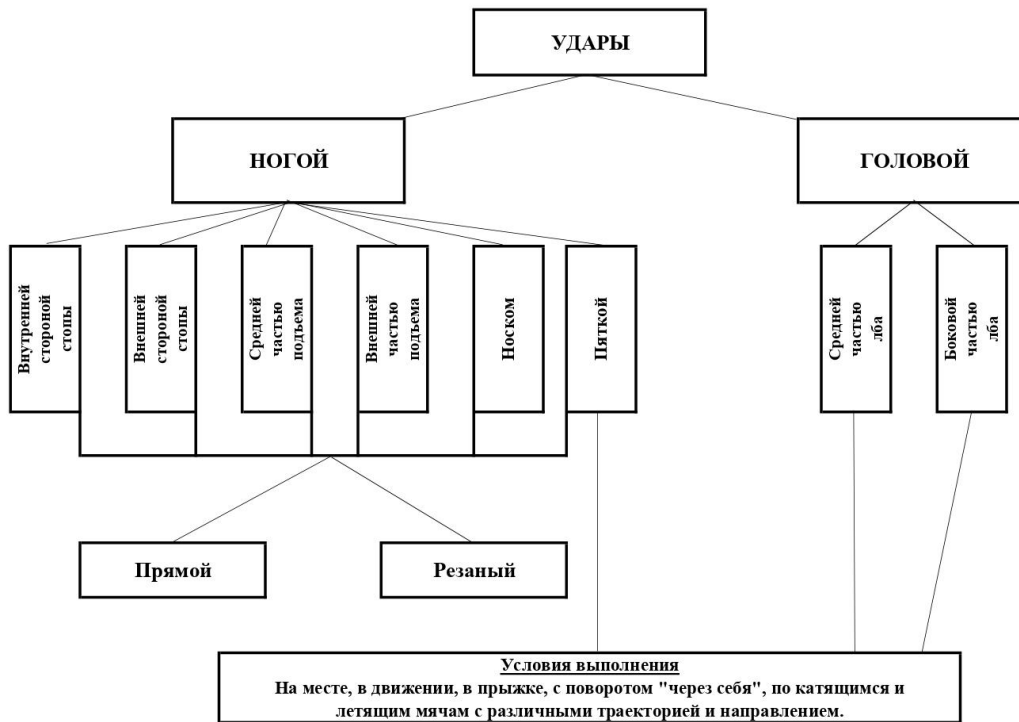
Таким образом программа не ограничивает педагога в жестких рамках, позволяя ему проявлять вариативность, креативность, творческий подход к работе.

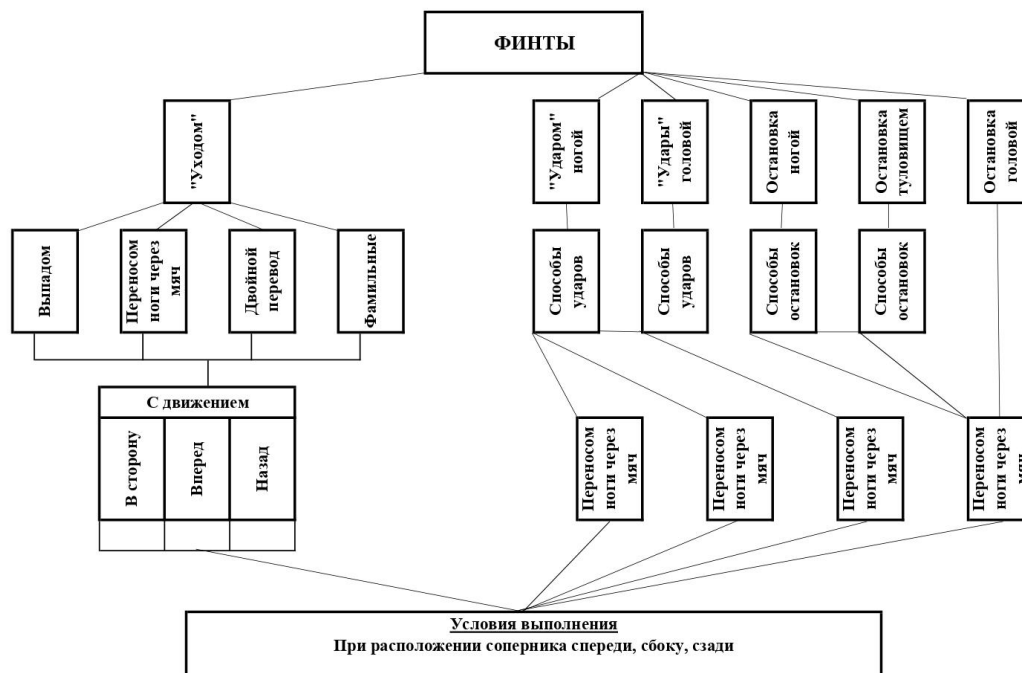
Программа включает в себя три этапа (1,2,3-й год обучения). Каждый отличается друг от друга уровнем сложности, плюс дополняется новым материалом, которого не было в предыдущем году обучения. Каждый из уровней имеет свои разделы/модули. Таким образом программа разноуровневая модульная.

Все обучение технике игры можно разбить на части/блоки и увидеть в следующем виде:









Педагог/тренер сам дополняет или усложняет материал из выше представленного при необходимости. Но основная часть, так сказать, базовые, фундаментальные основы перед вами.

I уровень 7-8 лет

ОФП/СФП.

1.1 Беседа о здоровом образе жизни.

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля. Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа. Техника безопасности на занятиях.

1.2 История и развитие мирового и отечественного футбола, футбола в Самарской области.

Теория: Рассказ об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития футбола. Год рождения футбола. Основатель игры в футбол. Родина футбола. Первые шаги футбола в мире и у нас в стране. Развитие футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

1.3 Правила игры. Знакомство основных правил игры в мини-футболе. Отличие мини-футбола от футбола и от других видов спорта. Организация и проведение соревнований.

А) Изучение правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Б) Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

В) Значение спортивных соревнований.

Г) Требования к организации и проведению соревнований. Особенности организации и проведения соревнований по мини-футболу.

Д) Виды соревнований по футболу. Системы розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Положение о соревнованиях. Составление календаря игр. Оценка результатов игр. Заявки на участие в соревнованиях, их формы и порядок предоставления.

Тестирование. Необходимо для определения физических возможностей ребенка в начале учебного года и в конце. Для определения развития и прогресса обучающегося.

1.5 Бег 30 м (сек.) – 7,2

1.6 Бег 250 м (сек) – 70

1.7 Прыжок в длину с места (см) – 100

1.8 Бег 30 м (сек) ведением мяча (сек) – 6,5

1.9 Вбрасывание мяча руками (м) – 8

1.10 Жонглирование мячом (раз) – 4

ОФП/СФП.

Общая физическая подготовка

1.11 Разновидности ходьбы (на носках, пятках, внутреннем, внешнем своде стопы, перекатами с пятки на носок, подскоками, в полуприседе, приседе, широкими шагами, выпадами влево-вправо, с поворотами туловища влево и вправо).

1.12 Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20 см, 30 см. Запрыгивание на гимнастический мат высотой не более 30-40 см. Подвижные игры специальной направленности, с элементами футбола. Эстафеты - с элементами бега, метания, прыжков, с предметами и без. Акробатические и гимнастические упражнения - группировка, перебаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Стойка на носках, на одной ноге; перешагивание через мячи; повороты на 90 градусов; шаги с подскоками, приставные шаги, шаг галопом в сторону; комбинации и комплексы общеразвивающих упражнений различной координационной сложности. Спортивные игры по правилам - мини-футбола.

1.13 Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу учителя, с заданием учителя, с предметом в руках.

Специальная физическая подготовка. Воспитание физических качеств:

1.14 *Развитие гибкости* - общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, полушпагат). Упражнения с сложенной вчетверо скакалкой: наклоны, повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вниз, за голову, за спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

1.15 *Развитие быстроты* - повторный бег по дистанции 10-15 м, со старта и сходу с максимальной скоростью от 10 до 30 м. Бег по наклонной плоскости вниз.

1.16 *Развитие ловкости* - разнонаправленные движения рук и ног, кувырки вперед, в стороны с места. Стойка на лопатках. Упражнения в равновесии. Метание мячей в неподвижную цель, метание после кувырков, перекатов.

2. Подвижные игры.

2.1 *Игры на ловкость и скорость.* Подвижные игры – «Вышибалы», «Пионербол», «Попади в цель», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Колдовское царство», «Хвосты», «Волк и овцы», «Квадраты с мячом» .

2.2 *Игры на скорость и мышление.* «Кольцо», «Хвосты», «Салки в парах».

2.3 *Игры с элементами футбола.* Различные квадраты , ручной мяч с ведением и без.

2.4 Игры в футбол и мини-футбол. Игры в разных составах, с разным количеством ворот, с воротами разных размеров, с нейтральными и без.

Подвижные игры – «Вышибалы», «Пионербол», «Попади в цель», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Колдовское царство», «Хвосты», «Волк и овцы», «Квадраты с мячом» 6:1, 5:1, 4:1, 6:2, 5:2, 4:2; 1х1 в четверо ворот.

В данной программе (в возрастных группах 7-10 лет) подвижные игры используются в качестве разминки, позитивного настроения на работу в начале занятия. Игры развивают внимательность, выносливость, двигательную способность, ловкость, умение работать в команде.

3. Техника.

Раздел техника включает в себя основные подразделы:

3.1 дриблинг (ведение мяча по прямой, ведение мяча с изменением направления в стороны, ведение мяча по кругу, прием мяча в движении, передача мяча в движении, удар по мячу в движении)

3.2 прием/обработка мяча (обработка мяча после отскока и без касания покрытия подъемом, подошвой, внутренней стороной стопы, бедро, грудь.)

3.3 передачи/удары (пас внутренней стороной стопы правой /левой ногой, удар серединой подъема, удары с носка, замыкание у ворот внутренней стороной стопы)

3.4 развороты 90/180 (Развороты на 90: Подошвой правой/левой ноги на себя внутренней/внешней стороной стопы на 90, подошвой правой/левой ноги за себя подбор мяча другой ногой, финт Зидана. Развороты на 180: подошвой стопы, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, внутренней частью подъема под себя, с ложным замахом т прокат мяча на другую ногу, перешаг через мяч с уходом на 180).

3.5 финты (уголок, уголок обманка, перешаг с уходом, восьмерка/ножницы, финт Зидана, качели. Сочетание этих приемов).

Количество времени на каждый подраздел педагог регулирует по-своему усмотрению. Все зависит от того насколько усвоен материал группой или отдельным учеником.

Все темы в данном разделе идут последовательно друг за другом. В первую неделю – дриблинг, во вторую прием/обработка итд, а после все повторяется в том же порядке. В неделю три занятия, где должен быть соблюден принцип от простого к сложному, как на самом занятии, так и в течение недели от первого к третьему занятию. А именно: первое занятие упражнения простые, второе с усложнением, третье сочетание сложных упражнений.

II уровень 8-9 лет

Вводное занятие.

1.1 Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

1.2 Беседа о здоровом образе жизни.

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля. Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа. Техника безопасности на занятиях.

Тестирование. Необходимо для определения физических возможностей ребенка в начале учебного года и в конце. Для определения развития и прогресса обучающегося.

1.3 Бег 30 м (сек.) – 6.7

1.4 Бег 250 м (сек) – 55

1.5 Прыжок в длину с места (см) – 120

1.6 Бег 30 м (сек) ведением мяча (сек) – 6.2

1.7 Вбрасывание мяча руками (м) – 9

1.8 Жонглирование мячом (раз) – 8

1.9 Отжимания от пола за 30 сек – 14

1.10 Приседания за 30 сек - 18

ОФП/СФП.

Общая физическая подготовка

1.11 Разновидности ходьбы (на носках, пятках, внутреннем, внешнем своде стопы, перекатами с пятки на носок, подскоками, в полуприседе, приседе, широкими шагами, выпадами влево-вправо, с поворотами туловища влево и вправо).

1.12 Комплексы общеразвивающих упражнений. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20 см, 30 см. Запрыгивание на гимнастический мат высотой не более 30-40 см. Подвижные игры специальной направленности, с элементами футбола. Эстафеты - с элементами бега, метания, прыжков, с предметами и без. Акробатические и гимнастические упражнения - группировка, перебаты в группировке, лежачая на животе и из упора стоя на коленях. Стойка на носках, на одной ноге; перешагивание через мячи; повороты на 90 градусов; шаги с подскоками, приставные шаги, шаг галопом в сторону; комбинации и комплексы общеразвивающих упражнений различной координационной сложности. Спортивные игры по правилам - мини-футбола.

1.13 Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу учителя, с заданием учителя, с предметом в руках.

Специальная физическая подготовка. Воспитание физических качеств:

1.14 *Развитие гибкости* - общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, полушпагат). Упражнения с сложенной вчетверо скакалкой: наклоны, повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вниз, за голову, за спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

1.15 *Развитие быстроты* - повторный бег по дистанции 10-15 м, со старта и сходу с максимальной скоростью от 10 до 30 м. Бег по наклонной плоскости вниз.

1.16 *Развитие ловкости* - разнонаправленные движения рук и ног, кувырки вперед, в стороны с места. Стойка на лопатках. Упражнения в равновесии. Метание мячей в неподвижную цель, метание после кувырков, перекатов.

1.17 *Развитие силы* - упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседание на одной и двух ногах. Лазанье по канату, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения с набивными мячами.

2. Подвижные игры.

2.1 *Игры на ловкость и скорость.* Подвижные игры – «Вышибалы», «Пионербол», «Попади в цель», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Колдовское царство», «Хвосты», «Волк и овцы», «Квадраты с мячом» .

2.2 *Игры на скорость и мышление.* «Кольцо», «Хвосты», «Салки в парах».

2.3 *Игры с элементами футбола.* Различные квадраты , ручной мяч с ведением и без.

2.4 *Игры в футбол и мини-футбол.* Игры в разных составах, с разным количеством ворот, с воротами разных размеров, с нейтральными и без.

Подвижные игры – «Вышибалы», «Пионербол», «Попади в цель», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Колдовское царство», «Хвосты», «Волк и овцы», «Квадраты с мячом» 6:1, 5:1, 4:1, 6:2, 5:2, 4:2; 1x1 в четверо ворот.

В данной программе (в возрастных группах 7-10 лет) подвижные игры используются в качестве разминки, позитивного настроения на работу в начале занятия. Игры развивают внимательность, выносливость, двигательную способность, ловкость, умение работать в команде.

3. Техника.

Раздел техника включает в себя основные подразделы:

3.1 дриблинг (ведение мяча по прямой, ведение мяча с изменением направления в стороны, ведение мяча по кругу, прием мяча в движении, передача мяча в движении, удар по мячу в движении)

3.2 прием/обработка мяча (обработка мяча после отскока и без касания покрытия подъемом, подошвой, внутренней стороной стопы, бедро, грудь.)

3.3 передачи/удары (пас внутренней стороной стопы правой /левой ногой, удар серединой подъема, удары с носка, замыкание у ворот внутренней стороной стопы)

3.4 развороты 90/180 (Развороты на 90: Подошвой правой/левой ноги на себя внутренней/внешней стороной стопы на 90, подошвой правой/левой ноги за себя подбор мяча другой ногой, финт Зидана. Развороты на 180: подошвой стопы, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, внутренней частью подъема под себя, с ложным замахом т прокат мяча на другую ногу, перешаг через мяч с уходом на 180).

3.5 финты (уголок, уголок обманка, перешаг с уходом, восьмерка/ножницы, финт Зидана, качели. Сочетание этих приемов).

3.6 1 VS 1 (ложный замах с уходом внешней/внутренней частью подъема, качели с уходом внешней/внутренней частью подъема, перешаг с уходом внешней/внутренней частью подъема, восьмерка/ножницы с уходом

внешней/внутренней частью подъема) без сопротивления, с сопротивлением 70 процентов, со 100 процентным сопротивлением.

Количество времени на каждый подраздел педагог регулирует по-своему усмотрению. Все зависит от того насколько усвоен материал группой или отдельным учеником.

Все темы в данном разделе идут последовательно друг за другом. В первую неделю – дриблинг, во вторую прием/обработка итд, а после все повторяется в том же порядке. В неделю три занятия, где должен быть соблюден принцип от простого к сложному. А именно: первое занятие упражнения простые, второе с усложнением, третье сочетание сложных упражнений.

4. Тактика.

Тактика нападения.

4.1 Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, правильно реагировать на действия партнеров и соперника.

Выбор момента и способа передвижения на свободное место для «открывания» с целью получения мяча.

4.2 Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов удара по мячу. Применение необходимого способа остановки в

зависимости от направления, траектории и скорости движения мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

4.3 Групповые действия. Взаимодействие двух-трех игроков. Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

4.4 Индивидуальные действия. Правильный выбор позиции по отношению к опекаемому игроку и противодействие получению им мяча, т.е. осуществление «закрывания». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

4.5 Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».

III уровень 9-10 лет

Вводное занятие. ТБ

1.1 Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

1.2 Беседа о здоровом образе жизни.

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля. Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа. Техника безопасности на занятиях.

Тестирование. Необходимо для определения физических возможностей ребенка в начале учебного года и в конце. Для определения развития и прогресса обучающегося.

1.3 Бег 30 м (сек.) – 6.5

1.4 Бег 500 м (сек) – 120

1.5 Прыжок в длину с места (см) – 150

1.6 Бег 30 м (сек) ведением мяча (сек) – 5.8

1.7 Вбрасывание мяча руками (м) – 10

1.8 Жонглирование мячом (раз) – 10

1.9 Отжимания от пола за 30 сек – 16

1.10 Приседания за 30 сек - 20

ОФП/СФП.

Общая физическая подготовка

1.11 Разновидности ходьбы (на носках, пятках, внутреннем, внешнем своде стопы, перекатами с пятки на носок, подскоками, в полуприседе, приседе, широкими шагами, выпадами влево-вправо, с поворотами туловища влево и вправо).

1.12 Комплексы общеразвивающих упражнений. Прыжки на двух и одной ноге на месте, с продвижением вперед, в длину, с высоты 20 см, 30 см. Запрыгивание на гимнастический мат высотой не более 30-40 см. Подвижные игры специальной направленности, с элементами футбола. Эстафеты - с элементами бега, метания, прыжков, с предметами и без. Акробатические и гимнастические упражнения - группировка, перебаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Стойка на носках, на одной ноге; перешагивание через мячи; повороты на 90 градусов; шаги с подскоками, приставные шаги, шаг галопом в сторону; комбинации и комплексы общеразвивающих упражнений различной координационной сложности. Спортивные игры по правилам - мини-футбола.

1.13 Бег в различных направлениях, гладкий, с изменением ширины шага, скорости, приставными шагами, спиной вперед, семенящий, с остановкой по сигналу учителя, с заданием учителя, с предметом в руках.

Специальная физическая подготовка. Воспитание физических качеств:

1.14 Развитие гибкости - общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны,

отведения ног, рук до предела, полушпагат). Упражнения с сложенной вчетверо скакалкой: наклоны, повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вниз, за голову, за спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

1.15 *Развитие быстроты* - повторный бег по дистанции 10-15 м, со старта и сходу с максимальной скоростью от 10 до 50 м. Бег по наклонной плоскости вниз.

1.16 *Развитие ловкости* - разнонаправленные движения рук и ног, кувырки вперед, в стороны с места. Стойка на лопатках. Упражнения в равновесии. Метание мячей в неподвижную цель, метание после кувырков, перекатов.

1.17 *Развитие силы* - упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседание на одной и двух ногах. Лазанье по канату, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения с набивными мячами.

1.18 *Развитие выносливости* - равномерный и переменный бег до 500 м, дозированный бег по пересеченной местности.

2. Подвижные игры.

2.1 *Игры на ловкость и скорость.* Подвижные игры – «Вышибалы», «Пионербол», «Попади в цель», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Колдовское царство», «Хвосты», «Волк и овцы», «Квадраты с мячом».

2.2 *Игры на скорость и мышление.* «Кольцо», «Хвосты», «Салки в парах».

2.3 *Игры с элементами футбола.* Различные квадраты , ручной мяч с ведением и без.

2.4 *Игры в футбол и мини-футбол.* Игры в разных составах, с разным количеством ворот, с воротами разных размеров, с нейтральными и без.

Подвижные игры – «Вышибалы», «Пионербол», «Попади в цель», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Колдовское царство», «Хвосты», «Волк и овцы», «Квадраты с мячом» 6:1, 5:1, 4:1, 6:2, 5:2, 4:2; 1x1 в четверо ворот.

В данной программе (в возрастных группах 7-10 лет) подвижные игры используются в качестве разминки, позитивного настроения на работу в начале занятия. Игры развивают внимательность, выносливость, двигательную способность, ловкость, умение работать в команде.

3. Техника.

Раздел техника включает в себя основные подразделы:

3.1 дриблинг (ведение мяча по прямой, ведение мяча с изменением направления в стороны, ведение мяча по кругу, прием мяча в движении, передача мяча в движении, удар по мячу в движении)

3.2 прием/обработка мяча (обработка мяча после отскока и без касания покрытия подъемом, подошвой, внутренней стороной стопы, бедро, грудь.)

3.3 передачи/удары (пас внутренней стороной стопы правой /левой ногой, удар серединой подъема, удары с носка, замыкание у ворот внутренней стороной стопы)

3.4 развороты 90/180 (Развороты на 90: Подошвой правой/левой ноги на себя внутренней/внешней стороной стопы на 90, подошвой правой/левой ноги за себя подбор мяча другой ногой, финт Зидана. Развороты на 180: подошвой стопы, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, внутренней частью подъема под себя, с ложным замахом т прокат мяча на другую ногу, перешаг через мяч с уходом на 180).

3.5 финты (уголок, уголок обманка, перешаг с уходом, восьмерка/ножницы, финт Зидана, качели. Сочетание этих приемов).

3.6 1 VS 1 (ложный замах с уходом внешней/внутренней частью подъема, качели с уходом внешней/внутренней частью подъема, перешаг с уходом внешней/внутренней частью подъема, восьмерка/ножницы с уходом внешней/внутренней частью подъема) без сопротивления, с сопротивлением 70 процентов, со 100 процентным сопротивлением.

3.7 соперник за спиной, когда соперник сзади или плотно опекает (изменение направления: внутренней/внешней стороной стопы с уходом в сторону, перешаг с уходом в сторону).

Количество времени на каждый подраздел педагог регулирует по-своему усмотрению. Все зависит от того насколько усвоен материал группой или отдельным учеником.

Все темы в данном разделе идут последовательно друг за другом. В первую неделю – дриблинг, во вторую прием/обработка итд, а после все повторяется в том же порядке. В неделю три занятия, где должен быть соблюден принцип от простого к сложному. А именно: первое занятие упражнения простые, второе с усложнением, третье сочетание сложных упражнений.

4 Тактика.

Тактика нападения

4.1 *Индивидуальные действия без мяча.* Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, правильно реагировать на действия партнеров и соперника.

Выбор момента и способа передвижения на свободное место для «открывания» с целью получения мяча.

4.2 *Индивидуальные действия с мячом.* Целесообразное использование изученных способов удара по мячу. Применение необходимого способа остановки в

зависимости от направления, траектории и скорости движения мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

4.3 *Групповые действия.* Взаимодействие двух-трех игроков. Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты

4.4 *Индивидуальные действия.* Правильный выбор позиции по отношению к опекаемому игроку и противодействие получению им мяча, т.е. осуществление «закрывания». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

4.5 *Групповые действия.* Противодействие комбинации «стенка».

4.6 *Тактика вратаря.* Умение выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

5. Простейшие комбинации.

В данном разделе преследуется цель – научить обучающихся слаженным действиям в команде, в атаке и в обороне. Обучаться играть с помощью

взаимодействий с партнерами по команде порой переступая через свои желания ради команды, результата. Расположение игроков. В какой момент игрок находящийся на определенной позиции должен совершать необходимые действия итд.

5.1 Игра в стенку / противодействие игре в стенку

5.2 Игра на третьего / противодействие

5.3 Игра на столба / противодействие

5.4 Розыгрыши угловых / противодействие

IV. Методическое обеспечение дополнительной общеобразовательной программы

Таблица 5.

№	Тема	Форма занятий	Методы, приемы	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие: вопросы техники безопасности, виды травм, правила поведения на занятиях по футболу.	теоретическая	словесный, наглядный	видео фильм.	– Ноутбук, проектор	опрос, тестирование.
2	Правила игры, основы судейства	теоретическая	словесный, наглядный	видео фильм.	– Ноутбук, проектор	опрос, тестирование
3	Общая физическая подготовка	практическая	фронтальный, групповой, индивидуальный;	практическое задание (круговая тренировка)	спортивный инвентарь: гимнастические маты, скакалки, набивные мячи, веревочные лестницы	прием контрольных упражнений
4	Специальная физическая подготовка	практическая	индивидуальный, групповой, в парах	практические задания (круговая тренировка)	спортивный инвентарь: гимнастические маты, скакалки, набивные мячи, веревочные лестницы	прием специальных контрольных упражнений
5	Техническая подготовка	практическая	словесный, наглядный, практические: индивидуальный, групповой,		спортивный инвентарь: мячи, стойки для обводки,	прием контрольных упражнений нормативов

			поточный		ворота)	(основных технических приемов игры)
6	Тактическая подготовка	теоретическая	словесный, объяснительно-иллюстративный, наглядный	тактические схемы взаимодействия игроков в защите и нападении	мультимедиа	опрос, тестирование
7	Техническая подготовка	практическая	индивидуальный, групповой, в парах; двусторонняя игра	схемы с индивидуальными, групповыми и командными тактическими действиями	спортивный инвентарь: мячи, стойки для обводки, ворота	прием контрольных нормативов
8	Теоретическая подготовка	теоретическая	словесный, наглядный	видео – фильм.	ноутбук	опрос
9	Игры с мячом	практическая	индивидуальный, групповой, в парах;	практические задания	спортивный инвентарь: мячи разных размеров	Результаты игры
10	Двусторонние игры	практическая	групповой, в парах;	практические задания	спортивный инвентарь: мячи разных размеров	прием контрольных упражнений
11	Участие в соревнованиях	практическая	командный	Протоколы соревнований, заявки на участие	Игровая форма, мячи	Результаты соревнований

Методы и формы обучения

Основные методы тренировки: каждое средство спортивной тренировки можно использовать по-разному в зависимости от выбранного метода.

Главный метод тренировки – это упражнения, предусматривающие различную повторяемость выполнения в зависимости от задач, средств, внешних условий. В современной системе спортивной тренировки используются следующие основные группы методов:

1. метод обучения технике и совершенствование в ней: разучивание

действия в целом, разучивание по частям, объяснение, демонстрация (показ), непосредственная помощь, повторение упражнения.

2.методы выполнения упражнений для воспитания двигательных качеств: повторный, попеременный, интервальный, равномерный, темповый, «до отказа», с максимальной интенсивностью, с ускорением, круговой, игровой, соревновательный.

3.методы воспитания моральных качеств: убеждение, разъяснение, обсуждение в коллективе, требовательность, пример тренера и сильнейших спортсменов.

4.методы психологической подготовки и воспитания волевых качеств: убеждение, разъяснение, пример, поощрение, групповое воздействие, самостоятельное выполнение заданий, постепенное увеличение трудности упражнений и усложнение условий их выполнения, самовнушение.

5. методы интегральной подготовки: повторный, контрольный.

В каждом отдельном случае выбор метода определяется решаемой задачей, подготовкой обучающихся, применяемыми средствами, условиями и другими факторами.

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

- спортивный зал, раздевалка, футбольная площадка, футбольная площадка в зимний период;

-мини-футбольные мячи размер 4-ка, ворота, сетки, фишки, стойки, веревочная/напольная лестница, турник;

-форма (тренировочная), перчатки;

-методические материалы (наглядные пособия для педагога и обучающихся, доска - планшет, видео - средства).

V. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога:

1. Массовый футбол (дети не старше 12 лет). Организационно-методическое пособие для преподавателей урока физической культуры в общеобразовательных учреждениях и тренеров – преподавателей детско–юношеских спортивных школ. Российский футбольный союз. Москва 2015.
2. Первые шаги в футболе. В.В. Варюшин. Р.Ю. Лопачев.
3. Футбол. Настольная книга футбольного тренера. I Этап (8-10лет). А.А. Кузнецов. 2007 год.
4. Теория и методика мини-футбола. Губа В.П. 2016 год.
5. Мини-футбол в школу. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. 2008 год.
6. Школа испанского футбола. Кантареро К.Г., Роперо М.Т. 2015 год.
7. IQ в футболе. Как играют умные футболисты. Ден Бланк, 2016 год.
8. Философия футбола. Патрик фон Лиувен. 2013 год.
9. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие /А.В.-Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. - М.: Советский спорт.
10. Губа В.П. Теория и практика спортивного отбора и ранней ориентации в виды спорта: монография / В.П. Губа. - М.: Советский спорт.
11. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов / К. Гриндлер, Х. Пальке, Х. Хеммо. - М.: Физкультура и спорт.
12. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. - М.: Советский спорт.
13. Петухов А.А. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения: монография / А.В. Петухов. - М.: Советский спорт, 2006.