


**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №56»**

Принято с учетом мнения
педагогического совета школы
протокол № 1
от «28» августа 2018 г

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы №56  Т.Н. Озерова
Приказ № 01-02/189 от 28.08.2018 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ФУТБОЛ»**

Возраст обучающихся: 7 -11 лет
Срок реализации программы: 4 года

Автор-составитель: педагог
дополнительного образования:
Мажай Александр Сергеевич

город Ярославль,
2018 год

2. ОГЛАВЛЕНИЕ

№ раздела	Название структурных компонентов	№ страницы
3	Пояснительная записка	3 - 8
4	Учебно-тематический план	9 - 10
5	Содержание программы	11 – 13
6	Обеспечение программы	14 – 17
7	Список информационных источников	18

3. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа секции «Футбол» разработана для реализации в системе дополнительного образования и имеет физкультурно–спортивную направленность. Программа рассчитана на детей в возрасте 7-11 лет. Она предусматривает проведение теоретических и практических занятий.

Актуальность данной программы заключается в том, что наше образовательное учреждение стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через систему дополнительного образования спортивно-физкультурной направленности. Футбол зрелищный вид спорта, который охватывает огромные массы людей во всём мире. Чемпионат Мира прошедший в России в 2018 году прямое тому доказательство.

Программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Цель программы: формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы:

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

В программе введен раздел «Техническая и тактическая подготовка игры в футбол», благодаря чему выделено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование технико-тактических приемов, что позволяет привлечь как можно больше обучающихся к занятиям по футболу и привить им любовь к этому виду спорта. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. В секции могут заниматься дети **от 7 до 11 лет**, как мальчики, так и девочки. Количественный состав не более 15 человек в соответствии с Положением центра дополнительного образования детей «Средней школы №56». Это позволяет уделить внимание каждому ребенку и дать им полный объем знаний и умений, предусмотренных программой.

В группах собираются дети с разным уровнем развития. Занятия проходят **три раза** в

неделю **по 2 часа** на базе школы.

В процессе совершенствуется умение управлять своими движениями, развиваются навыки в преодолении препятствий. Приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие обучающимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Программа «Футбол» - рассчитана **на 4 года** (продолжительность реализации программы - **864 часа**):

1 год обучения – **216 часов** (6 часов в неделю);

2 год обучения – **216 часов** (6 часов в неделю);

3 год обучения – **216 часов** (6 часов в неделю);

4 год обучения – **216 часов** (6 часов в неделю).

Режим организации занятий

Год обучения	Периодичность занятий	Продолжительность занятий	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
1 год	3 раза	2 часа	6 часов	216 часов
2 год	3 раза	2 часа	6 часов	216 часов
3 год	3 раза	2 часа	6 часов	216 часов
4 год	3 раза	2 часа	6 часов	216 часов

Основная форма организации работы – **учебно-тренировочное занятие**.

Основными **формами учебно-тренировочной работы** в секции являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия.

Основными **формами** проведения занятий являются **тренировка и игра**. Каждое учебно-тренировочное занятие имеет ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют содержание занятия, выбор методов, средств обучения и воспитания, способов организации обучающихся.

Инвентарь необходимый для проведения секции «Футбол».

- Футбольные мячи
- Теннисные мячи
- Набивные мячи
- Стойки, конусы

- Гимнастические скамейки
- Маты гимнастические
- Гимнастические лестницы
- Беговая лестница
- Насос с иглой для надувания мячей
- Сетка для переноса и хранения мячей
- Футбольные ворота
- Сетки для футбольных ворот
- Жилетки игровые разного цвета
- Флажки разметочные с опорой
- Свисток судейский
- Секундомер

Задачи изучения дисциплины:

В результате изучения дисциплины у учащихся формируются:

- **личностные** результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **метапредметные** результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы «Футбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью педагога, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному педагогом плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с педагогом и другими обучающимися давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Предметные результаты:

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и
- профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- умение оказывать помощь товарищу при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

- обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры:

- способности вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом.

В области физической культуры:

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Формы подведения итогов реализации программы являются: вводный контроль, промежуточная и итоговая аттестация.

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности обучающихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки.

Для получения объективной информации планируется использовать педагогическое наблюдение и тестирование.

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности обучающихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства.

Контроль осуществляется по таблице нормативов, разработанной школой. Умения и навыки проверяются во время участия обучающихся в соревнованиях различного уровня по футболу.

Подведение итогов по технической и общей физической подготовке осуществляется 2 раза в год (декабрь, май). Обучающиеся выполняют контрольные нормативы.

Ожидаемые результаты реализации программы по окончании:

1 года обучения:

- снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся,
- формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде.

2 года обучения:

- снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся,
- формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде;
- формирование здорового образа жизни учащихся;
- участие в общешкольных и районных турнирах и соревнованиях.

3 года обучения:

- формирование здорового образа жизни учащихся;
- участие в общешкольных и районных, городских турнирах;
- освоение различных тактических и технических действий.

4 года обучения:

снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде;

формирование здорового образа жизни учащихся;
участие в общешкольных и районных, городских турнирах;
освоение различных тактических и технических действий;
развитие выносливости, ловкости и координационных способностей.

4. 1.УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 1 года обучения

№	Наименование тем	Кол-во часов	В том числе:	
			Теория	Практика
1.	Выявление уровня первичной подготовки обучающихся в данном виде деятельности.	1	-	1
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности.	1	1	-
3.	Техническая подготовка	66	16	50
4.	Тактическая подготовка	50	12	38
5.	Общая физическая подготовка	20	4	16
6.	Специальная физическая подготовка	26	6	20
7.	Игровая подготовка	22	4	18
8.	Инструкторская и судейская практика	8	4	4
9.	Соревнования	12	2	10
10.	Сдача контрольных нормативов	10	2	8
ИТОГО:		216	51	165

4.2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 2 года обучения

№	Наименование тем	Кол-во часов	В том числе:	
			Теория	Практика
1.	Выявление уровня подготовки обучающихся в данном виде деятельности.	1	-	1
2.	Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности.	1	1	-
3.	Техническая подготовка	68	16	52
4.	Тактическая подготовка	52	12	40
5.	Общая физическая подготовка	18	2	16
6.	Специальная физическая подготовка	24	4	20
7.	Игровая подготовка	24	2	22
8.	Инструкторская и судейская практика	6	2	4
9.	Соревнования	14	2	12
10.	Сдача контрольных нормативов	8	2	6
ИТОГО:		216	43	173

4.3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 3 года обучения

№	Наименование тем	Кол-во часов	В том числе:	
			Теория	Практика
1.	Выявление уровня подготовки обучающихся в данном виде деятельности.	1	-	1
2.	Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности.	1	1	-
3.	Техническая подготовка	74	14	60
4.	Тактическая подготовка	46	12	34
5.	Общая физическая подготовка	22	4	18
6.	Специальная физическая подготовка	18	2	16
7.	Игровая подготовка	26	4	22
8.	Инструкторская и судейская практика	4	2	2
9.	Соревнования	16	2	14
10.	Сдача контрольных нормативов	8	2	6

ИТОГО:	216	43	173
---------------	------------	-----------	------------

4.4. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 4 года обучения

№	Наименование тем	Кол-во часов	В том числе:	
			Теория	Практика
1.	Выявление уровня подготовки обучающихся в данном виде деятельности.	1	-	1
2.	Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности.	1	1	-
3.	Техническая подготовка	66	16	50
4.	Тактическая подготовка	50	12	38
5.	Общая физическая подготовка	20	4	16
6.	Специальная физическая подготовка	26	6	20
7.	Игровая подготовка	22	4	18
8.	Инструкторская и судейская практика	8	4	4
9.	Соревнования	12	2	10
10.	Сдача контрольных нормативов	10	2	8
ИТОГО:		216	51	165

5. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 1-4 года обучения

1. Выявление уровня подготовки обучающихся в данном виде деятельности – 1 час
2. Инструктаж по технике безопасности и противопожарной безопасности – 1 час
3. Техническая подготовка – 66 часов

Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.

Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным сопротивлением. Удары на точность.

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

Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу.

Броски рукой на точность и дальность.

4. Тактическая подготовка – 50 часов

Тактика игры в футбол. Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+3, 3+1. Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Тактика нападения. Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Тактика вратаря. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру.

Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

5. Общая физическая подготовка – 20 часов

Общеразвивающие упражнения без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

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

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Легкоатлетические упражнения. Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 30 м., до 2 x 60 м. Бег медленный до 10 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 800 м. Бег 200 и 500 м.

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метание малого мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега.

Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.

Спортивные игры. Баскетбол. Ручной мяч.

6. Специальная физическая подготовка – 26 часов

Специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.

Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек . Рывок с мячом .

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

7. Игровая подготовка 22 часа

Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Подвижные игры.

8. Инструкторская и судейская практика – 8 часов

Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

9. Соревнования – 12 часов

10. Сдача контрольных нормативов – 10 часов

6. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

6.1. Методическое обеспечение

Основными формами проведения занятий спортивной секции являются: **учебно-тренировочные занятия, соревнования.**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности педагога и обучающегося. Занятия необходимо строить так, чтобы обучающиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Теоретические занятия проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

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

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются:

- объяснение,
- рассказ,
- замечание,
- команды,
- указание.

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

Практические методы:

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

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Критерии и нормы оценки освоения содержания программы

Критерии	Показатели	Методы
1. Потребность в познании	1.1. Знания названий атрибутов футбола, технических и тактических элементов и умение их показывать. 1.2. Знание технических и тактических элементов футбола. 1.3. Знание технико-	1. Информирование, беседа, игра, лекция, просмотр и анализ видеоматериалов, тестирование знаний.

	тактических комбинаций.	
2. Потребность заниматься	2.1.Посещаемость занятий. 2.2.Активность на занятиях.	2.Анализ журнала посещаемости, мотивация, игровой метод, метод одобрения и поощрения.
3. Самостоятельность и коммуникабельность, гуманное отношение со сверстниками	3.1.Умение самостоятельно организовать игровую деятельность. 3.2. Активное участие в общешкольных мероприятиях. 3.3.Умение исправить ошибки в технико-тактических элементах у себя и у своих сверстников.	3.Игровой метод, мотивация, личный пример, метод анализ, метод одобрения.
4. Опыт соревновательной деятельности	4.1.Участие в товарищеских встречах, соревнованиях. 4.2. Участие в сдаче контрольных нормативов.	4.Оценка, испытания, контроль.
5. Опыт ЗОЖ	5.1.Потребность в самостоятельных дополнительных занятиях. 5.2.Самообслуживание, гигиена.	5.Мотивация, наблюдение, прогноз, метод одобрения, личный пример.

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности обучающихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки.

Для получения объективной информации планируется использовать педагогическое наблюдение и тестирование.

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности обучающихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства.

Контроль осуществляется по таблице нормативов, разработанной школой на основе Примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва. Умения и навыки проверяются во время участия обучающихся в соревнованиях различного уровня по футболу.

Подведение итогов по технической и общей физической подготовке осуществляется 2 раза в год (декабрь, май). Обучающиеся выполняют контрольные нормативы.

Примерные нормативные требования по технической подготовке

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет									
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Жонглирование мяча ногами (поочередно правой и левой ногой), раз	м	-	6	8	12	16	20	26	30	36	40
	д	-	4	6	10	12	15	18	22	26	30
Жонглирование мяча	м	-	5	8	12	16	18	22	24	26	30

головой, раз	д	-	4	6	8	10	12	14	16	18	22	
Бег, 30 м с ведением мяча, сек	м	-	6,9	6,5	6,3	6,2	6,0	5,8	5,5	5,1	4,8	
	д	-	7,2	6,8	6,6	6,5	6,3	6,0	5,7	5,4	5,1	
Ведение мяча по «восьмерке»,	м	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
	д	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Комплексный тест,	м	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
	д	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Удар ногой по неподвижному мячу в цель, число попаданий	м	-	2	3	3	3	3	3	4	4	5	
	д	-	2	3	3	3	3	3	4	4	4	
Для вратарей												
Вбрасывание мяча в цель, количество попаданий	1 упраж-нение	М	-	-	-	3	4	3	4	4	4	5
		Д	-	-	-	3	3	3	3	3	3	4
	2 упраж-нение	М	-	-	-	3	4	3	4	4	4	5
		Д	-	-	-	3	3	3	3	3	3	4
Удар ногой с полуплета в цель, число попаданий	М	-	-	-	2	3	4	4	4	3	4	
	Д	-	-	-	2	3	3	3	3	3	3	

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет									
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Бег 30 м с высокого старта, сек	м	6,4	6,2	6,0	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9	4,8	4,7
	д	6,5	6,4	6,2	6,0	5,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,3
Бег 300 м, сек	м	66,0	64,0	62,0	60,0	58,0					
	д	68,4	66,2	64,2	62,0	61,0					
Челночный бег, 3*10 м, с	м	9,5	9,3	9,0	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0	7,6	7,4
	д	10,1	9,7	9,5	9,3	9,1	9,0	9,0	8,8	8,6	8,6
6-минутный бег, м	м	-	-	-	-	1150	1200	1200	1300	1350	1400
	д	-	-	-	-	950	1000	1050	1100	1100	1200
Прыжок в высоту с места, см	м	28	32	36	40	48	53	57	60	64	68
	д	25	29	32	34	36	38	40	42	44	48
Прыжок в длину с места, см	м	150	160	170	178	185	190	194	197	200	220
	д	130	135	140	145	150	155	160	165	170	190
Метание набивного мяча (1 кг), м	м	5,0	5,3	5,8	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0	8,4	8,8
	д	3,4	3,8	4,2	4,6	4,8	5,2	5,6	6,0	6,4	6,8
Подтягивание из виса на перекладине, раз	м	-	-	-	-	-	5	6	7	8	10
	д	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Отжимания из упора на полу, раз	м	4	6	8	10	15	-	-	-	-	-
	д	3	4	5	7	9	12	14	16	18	20

6.2. Организационное обеспечение

Начало учебного года с 1 сентября 2018 г., окончание учебного года - 31 мая 2019 года.

Регламентирование образовательного процесса на учебный год производится согласно графику:

Название месяца	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Кол-во занятий	24	24	24	24	24	24	24	24	24

Количество учебных недель – 36. Занятия в объединении проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором школы. Занятия проводятся во второй половине дня. Между основной занятостью обучающихся и занятиями в объединении соблюдается перерыв не менее часа.

Занятия в объединении проводятся в каникулярное время и не проводятся в праздничные дни. Промежуточная аттестация учащихся проводится в декабре, мае.

6.3. Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования.

7. СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

Литература для педагога:

1. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ: Минск, 1992.
2. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов.-Х.: Основа, 1993.
3. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, -1998.
4. Программа и методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах. Госкомспорт, Олимпийский Комитет России, РФС М.: 1996.
5. Системы подготовки спортивного резерва / под общ. ред. Никитушкина В.Г.- М.: Квант-С,1994.
6. Рогальский Н., Дегель Э.Г. Футбол для юношей. Пер с немецкого М.: ФиС, 1971.
7. Футбол. Учебник для физкультурных интернатов./ под ред. Казакова П.Н. М.: ФиС, 1978.
8. Чанади А. Футбол. Техника. пер. с венгерского Помивктова В.М. М.: ФиС. 1978.
9. Чанади А. Футбол. Стратегия. Пер. с венгерского Гербст Ю. М.: ФиС, 1981.
10. Чанади А. Футбол. Тренировка. Пер. с венгерского. М.: ФиС, 1985.
11. Хеддерготт К.Х. Новая футбольная школа. Пер.с немецкого Милютин В.П. М.: ФиС, 1976.
12. www.football.kulichki.net
13. www.soccer.ru

Литература для обучающихся:

1. Чанади А. Футбол. Стратегия. Пер. с венгерского Гербст Ю. М.: ФиС, 1981.
2. Чанади А. Футбол. Тренировка. Пер. с венгерского. М.: ФиС, 1985.