

Казённое санаторное общеобразовательное учреждение
Омской области для детей, нуждающихся в длительном лечении
«Красноярская лесная школа»

Рассмотрено на педагогическом совете
Протокол № 1 от 26 августа 2021г.
школа»



«Утверждаю»
Директор КСОУ «Красноярская лесная

И. Н. Федоренко
2021 года

**Дополнительная общеобразовательная программа
«Футбол»**

**физкультурно-спортивной направленности
для обучающихся 10-17 лет**

Трудоемкость программы: 1 год (68 часов)

Форма обучения: очная

Уровень сложности содержания: базовый

Автор-составитель: Сафин Александр Мацурович,
педагог дополнительного образования

с. Красноярка, 2021г.

===== КСОУ «КРАСНОЯРСКАЯ ЛЕСНАЯ ШКОЛА» =====

«Согласовано»

Заместитель директора

_____ Ж.И.

Ефремова

«_____» _____ 2023 года

«Утверждаю»

Директор КСОУ «Красноярская
лесная школа»

_____ И.Н. Федоренко

«_____» _____ 2023 года

Рабочая программа

«Футбол»

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
по физкультурно-спортивной направленности для обучающихся 10-17 лет

Форма обучения: очная

Место реализации: спортивный зал, футбольное поле

Срок реализации программы: 1 год.

Кол-во учебных недель: 35 недель.

Всего академических часов: 70,

из них по формам обучения 70

из них с использованием дистанционных технологий

из них в форме индивидуальной работы

Кол-во занятий в неделю: 2

Продолжительность занятий: 45 мин.

Составитель:

Сафин Александр Мацурович, воспитатель

Проверил:

Мочалина Л.В., руководитель МО
воспитателей

2023-2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» (далее Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Нормативные документы для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Данная программа разработана в рамках примерных программ в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта второго поколения основного общего образования и написана на основании следующих документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказы Министерства образования и науки Российской Федерации:
 - от 06 октября 2009 года № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
 - от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
 - от 17 мая 2012 года № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования»;
 - от 09 марта 2004 года № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования»
 - от 28 августа 2020 г. № 442 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования”
 - от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- «Санитарно - эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» санитарные правила СП 2.4.3648-20, утвержденные Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации № 28 от 28.09.2020 г..
- Положение о рабочей программе учебного курса, предмета с изменениями КСОУ «Красноярская лесная школа» от 13.06.2017 года.

- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями на 24 ноября 2015 года)
- Авторская программа «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол», Зонов Дмитрий Сергеевич, Черняховск, 2020
- Закон Омской области от 18 июля 2013 №1569-03 «О регулировании отношений в сфере образования на территории Омской области»
- Образовательная программа КСОУ «Красноярская лесная школа»
- Учебный план КСОУ «Красноярская лесная школа»
- Федеральный перечень учебников, утвержденных, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, реализующих программы общего образования

Новизна. Данная программа мало отличается от других, но все же основное отличие в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке.

Актуальность программы заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Программа способствует формированию у обучающихся необходимых знаний, умений, навыков которые являются залогом высокой работоспособности и здорового образа жизни. Освоение программы развивает физические качества, необходимые для игры в футбол, формирует коммуникативные навыки необходимые для взаимодействия в команде. Данная программа направлена на привитие обучающимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Педагогическая целесообразность данной Программы обусловлена:

- доступностью игры для любого возраста;
- возможностью ее использования для всестороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и, в тоже время, использования его как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга;
- высоким зрелищным эффектом игрового состязания.

Футбол позволяет решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к определенному виду спорта.

Цель Программы

содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника.

Задачи Программы

Образовательные:

- дать необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры, футбол;
- обучить учащихся основной технике и тактике футбола;
- научить правильно регулировать свою нагрузку.

Развивающие:

- обеспечить укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развить выносливость;
- сформировать важные двигательные умения и навыки;
- развить скоростные и скоростно-силовые способности.

Воспитательные:

- воспитать положительные качества личности, коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку;
- воспитать чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Отличительная особенность Программы заключается в том, что она направлена на укрепление здоровья, коррекцию физического развития и повышение физической подготовленности учащихся, а также на удовлетворение интересов обучающихся в углубленной подготовке по избранному виду спорта. Программа учитывает специфику дополнительного образования и позволяет охватить значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, а также то, что она включает, кроме практических умений, теоретические знания по футболу и технике судейства.

Адресат Программы

Дополнительная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 10-17 лет

Сроки реализации Программы

Срок освоения программы – 2 года. На полное освоение программы требуется 144 часа, включая индивидуальные консультации, теоретические (занятия по тактике), практические (занятия на стадионе/спортзале)

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, командные формы работы с детьми. Состав групп 15 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 70 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Планируемые результаты:

Образовательные результаты

характеризуют умение и опыт воспитанников, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения Программы: в образовательной сфере планируемыми результатами является:

- овладение знаниями о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- овладение навыками и умениями в данной деятельности, самостоятельной организацией занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.
- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;

- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;

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.
- умение работать в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.

Основные формы и методы:

Каждое занятие условно разбивается на 3 части:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, планирование и инструктаж по технике безопасности.

2 часть – разминка(индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Выполняется комплекс упражнений на общефизическую подготовку. Затем отрабатывается техника перемещения, вбрасывание мяча, техника удара либо другие технические элементы.

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов.

Одна из форм проведения занятий–учебно-тренировочная игра, в рамках которой решаются конкретные практические задачи в вариативных условиях игровой деятельности, при противодействии игроков команды соперника.

Тренировочные подводящие подвижные игры:

1. «Сражение мячами». Два игровых поля 5х5 м (можно больше или меньше) делят зоной шириной 2 м. Играют две команды, у каждой — одинаковое количество мячей. Задача каждой команды — очистить свое поле от мячей, выбрасывая мяч руками или выбивая его ногами.

2. Две равные по числу игроков команды стоят в колоннах друг против друга. Расстояние между игроками 2 м. Один игрок стоит в 5—10 м от колонны и вбрасывает мяч на стоящего впереди в колонне, тот принимает мяч, останавливает, ведет «слаломом» в конец колонны и затем посылает сквозь расставленные ноги всей колонны вбрасывающему. Победителем считается команда, которая быстрее закончит упражнение.

Формы подведения итогов реализации Программы:

Эффективность программы основывается на результатах обучения, которые проявляются в ходе контроля качества знаний, умений и навыков обучающихся.

Основными формами подведения итогов реализации программы являются тестирование и самоанализ обучающимися своих достижений и высоких результатов.

Оцениваются знания, умения и навыки обучающихся по 3-бальной системе: минимальной, общий, продвинутый уровни усвоения знаний и практических умений и навыков.

Формы подведения итогов реализации Программы:

- Оценка успешности участия в соревнованиях «Кожаный мяч»
- Оценка успешности участия в соревнованиях «Мини-футбол в школу»

В конце учебного года проходит итоговое занятие, и лучшие спортсмены награждаются дипломами.

Механизм оценивания образовательных результатов:

1. Уровень теоретических знаний.

-Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

-Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

-Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков игры, техники выполнения технических элементов.

-Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением.

-Средний уровень. Требуется периодическое напоминание алгоритма выполнения технических упражнений.

-Высокий уровень. Четко самостоятельно выполняет все технические упражнения.

**Учебно-тематический план
1-й год обучения**

№п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов		Форма аттестации (промежуточной, итоговой)
		теория	практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	-	
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	-	
3	Техническая подготовка	1	10	Тест, контроль нормативов
4	Тактическая подготовка	1	9	Тест, контроль нормативов, учебно-тренировочная игра
5	Общая физическая подготовка	1	16	Тест, контроль нормативов, учебно-тренировочная игра
6	Специальная физическая подготовка	1	11	Тест
7	Игровая подготовка	1	11	Тест
8	Инструкторская и судейская практика	1	2	Тест
9	Соревнования	-	2	Учебно-тренировочная игра
10	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	-	1	Контроль нормативов
Итого:		8	62	

**Календарно-тематический план
1-й год обучения**

№ п/п	Планируемая дата	Фактическая дата	Тема	Количество часов	Форма аттестации (промежуточной, итоговой)
1			Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	1	Педагогическое наблюдение
2			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	Педагогическое наблюдение
Техническая подготовка (12ч)					
3			Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат». Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	Практическое занятие
4			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	Тест
5			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	Практическое занятие
6			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	Практическое занятие

7			Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	1	Контроль нормативов
8			Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	1	Практическое занятие
9			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	Практическое занятие
10			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	Контроль нормативов
11			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	Контроль нормативов
12			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	Практическое занятие
Тактическая подготовка (11 часов)					
13			Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Остановка	1	Практическое занятие

			катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.		
14			Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	Практическое занятие
15			Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	тест
16			Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	Практическое занятие
17			Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
18			Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
19			ОФП. СФП. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	Практическое занятие
20			ОФП. СФП. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам,	1	Контроль нормативов

			изучение новых технических приемов. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.		
21			Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	Учебно-тренировочная игра
22			Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	Практическое занятие
23			Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	Практическое занятие
Общая физическая подготовка (17 часов)					
24			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
25			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Тест
26			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
27			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Учебно-тренировочная игра.
28			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
29			Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	1	Практическое занятие

30			Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
31			Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
32			Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	Учебно-тренировочная игра.
33			Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
34			Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	Учебно-тренировочная игра.
35			Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар	1	Практическое занятие
36			Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар	1	Практическое занятие
37			Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар	1	Практическое занятие
38			Учебно-тренировочная игра.	1	Практическое занятие
39			ОФП. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте,	1	Контроль нормативов

			змейка + удар.		
40			ОФП. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	Контроль нормативов
Специальная физическая подготовка (12 часов)					
41			Учебно-тренировочная игра.	1	Практическое занятие
42			Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	Практическое занятие
43			Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку	1	Практическое занятие
44			Игры на развитие ориентации и мышления. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
45			Игры на развитие ориентации и мышления. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
46			Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
47			Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
48			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
49			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
50			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2	1	Практическое

			против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.		занятие
51			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
52			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	Тест
Игровая подготовка (12 часов)					
53			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
54			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
55			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1	Практическое занятие
56			Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.	1	Практическое занятие
57			Изучение техники игры: отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями	1	Практическое занятие
58			Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны. Эстафета дриблеров.	1	Практическое занятие

59			Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
60			Игра на опережение, старты из различных положений.	1	Практическое занятие
61			Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	1	Практическое занятие
62			Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	Практическое занятие
63			Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра. Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника	1	Практическое занятие
64			Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра. Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника	1	Тест
Инструкторская и судейская практика (3 часа)					
65			Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.	1	Практическое занятие
66			Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.	1	Практическое занятие
67			Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.	1	Тест

Соревнования (2 час)					
68			Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. Двусторонняя учебная игра.	1	Учебно-тренировочная игра
69			Учебно-тренировочная игра	1	Учебно-тренировочная игра
70			Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	1	Контроль нормативов. Награждение дипломами

Содержание Программы

1 год обучения (70 часа, 2 часа в неделю)

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

3. Техническая подготовка (12ч)

Правила игры, организация и проведение соревнований. Краткие исторические сведения о развитии футбола. Место тренировочного занятия и спортсмена. ЗОЖ, режим дня. Врачебный контроль. Физподготовка. Челночный бег, футбол, лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча». Челночные техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.

4. Тактическая подготовка (11ч.)

Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра. ОФП. СФП. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.

5. Общая физическая подготовка (17ч.)

Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного тела, с партнером, с предметами (набивными мячами, футбольными, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, гимнастическая стенка, скамейка, канат). Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра. Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар. Учебно-тренировочная игра. ОФП. Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.

6. Специальная физическая подготовка (12ч.)

Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. Игры на развитие ориентации и мышления.

Чеканка мяча через стойку. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью.

7. Игровая подготовка (12ч.)

Жонглирование мяча ногами (поочередно правой и левой ногой), жонглирование мяча головой, бег с ведением мяча, ведение мяча по «восьмерке», комплексный тест, удар ногой по неподвижному мячу в цель, удар ногой по катящемуся мячу, удар ногой на силу, удар мяча головой с навеса. Подвижные игры. Спортивные игры. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. Изучение техники игры: отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны. Эстафета дриблеров. Игра на опережение, старты из различных положений. Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка. Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления. Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника

8. Инструкторская и судейская практика (3ч.) Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.

9. Соревнования (2ч.) Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. Двусторонняя учебная игра. Учебно-тренировочная игра

10. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

**Учебно-тематический план
2-й год обучения**

№п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов		Форма аттестации (промежуточной, итоговой)
		теория	практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	-	Педагогическое наблюдение
2	Техническая подготовка	2	10	Тест, практическое занятие, контроль нормативов
3	Тактическая подготовка	1	6	Тест, практическое занятие, контроль нормативов
4	Общая физическая подготовка	2	16	Практическое занятие, контроль нормативов, учебно-тренировочная игра
5	Специальная физическая подготовка	-	8	Практическое занятие, учебно-тренировочная игра
6	Игровая подготовка	1	15	Практическое занятие, контроль нормативов.
7	Инструкторская и судейская практика	-	4	Практическое занятие, контроль нормативов.
8	Соревнования	-	3	Практическое занятие, учебно-тренировочная игра
9	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	-	1	Контроль нормативов
Итого:		7	63+	

**Календарно-тематический план
2-й год обучения**

№ п/п	Планируемая дата	Фактическая дата	Тема	Количество часов	Форма аттестации (промежуточной, итоговой)
1			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	Педагогическое наблюдение
Техническая подготовка (12ч.)					
2			Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	Педагогическое наблюдение
3			Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	Тест
4			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	Практическое занятие
5			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	Практическое занятие
6			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат»,	1	Практическое занятие

			футбол.		
7			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	Практическое занятие
8			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	Практическое занятие
9			Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	1	Практическое занятие
10			Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	1	Практическое занятие
11			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	Практическое занятие
12			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	Контроль нормативов
13			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол. Отработка техники передвижения и владения мячом:	1	Контроль нормативов

			остановка прием мяча.		
Тактическая подготовка (7ч.)					
14			Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	тест
15			Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	Практическое занятие
16			Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	Практическое занятие
17			Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	Практическое занятие
18			Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	Практическое занятие
19			Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	Контроль нормативов
20			Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1	Контроль нормативов

			Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.		
	Общая физическая подготовка (18ч.)				
21			ОФП. СФП. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. Обводка с помощью обманных движений, отработка	1	Практическое занятие
22			ОФП. СФП. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	Практическое занятие
23			Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	Учебно-тренировочная игра
24			Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	Практическое занятие
25			Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения	1	Практическое занятие
26			Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения	1	Тест
27			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
28			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие

29			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
30			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	тест
31			Изучение индивидуальных тактических действий в защите.	1	Практическое занятие
32			Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
33			Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	Практическое занятие
34			Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	Практическое занятие
35			Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	Практическое занятие
36			Учебно-тренировочная игра.	1	Практическое занятие
37			ОФП. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	Контроль нормативов
38			ОФП. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте,	1	Контроль нормативов

			змеяка + удар.		
Специальная физическая подготовка (8ч.)					
39			Учебно-тренировочная игра	1	Учебно-тренировочная игра
40			Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	Практическое занятие
41			Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1	Учебно-тренировочная игра
42			Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1	Практическое занятие
43			Игры на развитие ориентации и мышления. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
44			Игры на развитие ориентации и мышления. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
45			Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
46			Двусторонняя учебная игра	1	Учебно-тренировочная игра
Игровая подготовка (16ч.)					
47			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
48			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	1	Практическое занятие

			Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.		
49			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
50			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
51			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
52			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
53			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
54			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1	Практическое занятие
55			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1	Практическое занятие

56			Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.	1	тест
57			Изучение техники игры: отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями	1	Практическое занятие
58			Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны. Эстафета дриблеров.	1	Практическое занятие
59			Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны. Двусторонняя учебная игра	1	Практическое занятие
60			Игра на опережение, старты из различных положений.	1	Практическое занятие
61			Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	1	Контроль нормативов
62			Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	Практическое занятие
Инструкторская и судейская практика (4ч.)					
63			Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра. Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника	1	Практическое занятие
64			Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра. Изучение финтов,	1	Практическое занятие

			применение при сопротивлении защитника		
65			Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.	1	Контроль нормативов
66			Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.	1	Контроль нормативов
Соревнования (3ч.)					
67			Удары - с разбега, с места, с подачи партнера с одного шага.	1	Практическое занятие
68			Двусторонняя учебная игра.	1	Учебно-тренировочная игра
69			Учебно-тренировочная игра	1	Учебно-тренировочная игра
Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов (1ч.)					
70			Итоговая игра	1	Контроль нормативов

Содержание Программы

2 год обучения (70 часа, 2 часа в неделю)

1. *Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. (1ч.)*

2. *Техническая подготовка (12ч.)*

Различные способы перемещения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Прием (остановка) мячей. Ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Комплексное выполнение технических приемов. Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат». Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча». Челночный бег + удары по воротам, футбол. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.

3. *Тактическая подготовка (7ч.)*

Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря. Защитные действия при опеке игрока без мяча. Защитные действия при опеке игрока с мячом. Перехват мяча. Борьба за мяч после выноса. Прессинг. Командные действия в защите и нападении. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы. Упражнение «квадрат».

4. *Общая физическая подготовка (18ч.)*

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с набивным мячом. Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения. ОФП. СФП. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. Обводка с помощью обманных движений, отработка. Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра. Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар. Учебно-тренировочная игра.

5. *Специальная физическая подготовка (8ч.)*

Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.

6. *Игровая подготовка (16ч.)*

Отработка тактических схем в игре. Подвижные игры. Спортивные игры. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.

Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. Изучение техники игры: отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны. Эстафета дриблеров. Игра на опережение, старты из различных положений. Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка. Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.

7. *Инструкторская и судейская практика (4ч.)*

Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра. Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника. Физическое совершенствование со спортивной направленностью. ОФП.

8. *Соревнования (3ч.)*

Удары - с разбега, с места, с подачи партнера с одного шага. Двусторонняя учебная игра. Учебно-тренировочная игра

9. *Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов (1ч.)*

Итоговая игра.

Методическое обеспечение

Решение определенных тактических задач в игровых ситуациях предопределяется методикой подготовки. Здесь можно выделить основные методически взаимосвязанные задачи:

1. Создание предпосылок для успешного обучения тактике игры. Развитие у игроков тактического мышления, быстроты сложных реакций, ориентировки на площадке, сообразительности, творческой инициативы и способности прогнозирования при решении различных двигательных задач.

2. Обучение индивидуальным действиям и взаимодействиям с партнерами в нападении и защите, командным действиям, которые характеризуются расположением игроков на площадке и их функциями.

3. Формирование умения наиболее эффективно использовать технические приемы и тактические навыки в зависимости от своих возможностей, особенности игры противника и внешних условий.

4. Развитие способностей гибко и быстро переключаться с одних систем и вариантов командных действий в

нападении и защите на другие.

Необходимо отметить, что если две первые задачи в основном относятся к начальному этапу овладения тактикой, то последующие решаются на протяжении многолетнего этапа совершенствования.

1. Подготовительные упражнения, направленные на развитие быстроты реакции, ориентировки, скорости переключения с одних движений на другие, с одних действий на другие.
2. Подвижные и спортивные игры, специальные эстафеты.
3. Упражнения по тактике (индивидуальные, групповые и командные).
4. Двусторонние игры (с заданиями).
5. Контрольные игры и соревнования.

Методы тактической подготовки.

Методы, используемые в процессе тактической подготовки, аналогичны методам технической подготовки, но основываются на специфике тактики. При показе обычно пользуются макетами, схемами. При изучении в упрощенных условиях сложные тактические действия делят на составные, применяют сигналы, ориентиры; усложняют условия с помощью специальных устройств.

Материально-техническое обеспечение программы дополнительного образования

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. №2620-р.
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Для педагога дополнительного образования:

1. Футбол - твоя игра \ С.Н. Андреев. - М.: Просвещение, 2012.
2. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол. - М.: Российский спорт, 2009. - 47 стр.
3. Швыков И.А., Футбол в школе. - М.: Тера-Спорт, Олимпия Пресс, 2012.
4. Современная система спортивной подготовки \ Под ред. Ф.П. Сулова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М.: «СААМ», 2014.
5. Тренировка юных футболистов \ В.В. Варюшкин. - М. : Физкультура, образование и наука, 2007.
6. Мини-футбол (футзал) : Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Российский спорт, 2010. - 96 с.
7. Андреев С. Л. Мини-футбол. - М.: ФиС, 2008. - 111 с.
8. Максимейко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх. - Луганск: Знание, 2011. - 276 с.
9. Филин В.П., Фомин И.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФиС, 2013.-255 с.
10. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: ФиС, 2013. - 254 с.
11. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физкультура и спорт, 2015.
12. Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр
13. Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт,2011.- 86 стр.
14. Академический школьный учебник «Физическая культура» А.П.Матвеев, Просвещение 2012.

Для родителей и обучающихся:

1. Тренировка юных футболистов \ В.В. Варюшкин. - М. : Физкультура, образование и наука, 2007.

Интернет-ресурсы

1. <https://www.futbologika.com/>
2. <https://www.youtube.com/playlist?list=PLnDHdGFpJ5J3K9E9kIz2ipUzJcFkLKIE6>