

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ-
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 25
ИМЕНИ В.Г. ФЕОФАНОВА

ПРИНЯТО:
на Педагогическом Совете
МБОУ-СОШ №25
Протокол № 1 от 29.08.2019 г.

УТВЕРЖДАЮ:
И.о. директора МБОУ-СОШ №25
О.В. Чернышева
Приказ № 136-О от 29.08.2019 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Футбол»

Возраст обучающихся: 7-9 лет
Срок реализации: 1 года

Автор составитель:
Ивашкова Анастасия Владимировна,
педагог дополнительного образования

Екатеринбург
2019

Содержание

| | Наименование | Стр. |
|------|--|------|
| 1 | Комплекс основных характеристик программы | 3 |
| 1.1 | Пояснительная записка | 3 |
| 1.2. | Цель, задачи программы | 5 |
| 1.3. | Содержание программы | 5 |
| | Учебный план | 5 |
| | Содержание учебного плана | 6 |
| 1.4. | Планируемые результаты | 7 |
| 2 | Комплекс организационно-педагогических условий | 7 |
| 2.1. | Календарный учебный график | 7 |
| 2.2. | Условия реализации программы | 16 |
| 2.3. | Формы аттестации | 17 |
| 2.4. | Оценочные материалы | 18 |
| 2.5. | Методические материалы | 18 |
| 2.6. | Список литературы | 19 |

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» составлена в соответствии с **нормативными документами:**

1. Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09. 2014 № 1726-р).
3. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Пост № 41 об утв. СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014.
4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

В наше время в жизни современного обучающегося существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности обучающихся важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему наиболее эффективным средств физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися во внеурочное время футбол занимает видное место. Развивает двигательную активность, улучшает сердечно-сосудистую и дыхательную систему, укрепление иммунной системы организма.

Новизна программы

Данная программа с легкостью адаптируется для любого возраста обучающихся, ее можно использовать как в старшей школе, так и для обучающихся начальной школы. В программе используются принципы наглядности, принцип доступности и индивидуализации, Принцип сознательности и активности, Принцип систематичности Принцип постепенного повышения требований (динамичности). Программа реализует цели и задачи актуальные в современном мире. Так же по программе ведется подготовка по всем критериям ГТО, так же в календарном графике заложено время на сдачу норм ГТО, в виде контрольных испытаний.

Педагогическая целесообразность

Футбол одна из популярных и массовых коллективных спортивных игр. Этот вид спорта, направленный на развитие всех качеств, позволяет развивать гармоничную личность. Программный материал предполагает: разностороннюю физическую подготовку, овладение рациональной техникой, приобретение знаний и умений, необходимых футболистам, воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма. Программа учитывает заинтересованность детей в занятиях футболом, а также климатические условия (большая часть занятий проходит в спортивном зале).

Практическая значимость

Футбол укрепляет здоровье, воспитывает волю, чувство товарищества, помогает стать сильным.

Уровень программы: базовый.

Базовый уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Адресат программы

Обучающиеся 7-9 лет. Набор детей в группы проводится без предварительного отбора. Программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей.

Количество обучающихся в группе 15-20 человек.

Объём и срок освоения программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения (162 часа), из расчёта 4,5 часа в неделю в течение всего учебного года, включая каникулярное время. Занятия проходят 2 раза в неделю по 2,25 часа. 1 час равен 40 минутам.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательной деятельности

Группы формируются из обучающихся разного возраста, годных по состоянию здоровья, являющиеся основным составом баскетбольной команды; состав команды постоянный.

С 1 по 15 сентября осуществляется набор. Обучение начинается с 15 сентября. Программу реализует педагог дополнительного образования.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование здорового образа жизни, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи программы:

Обучающие:

- формировать знания о закаливающих процедурах и укреплении здоровья;
- формировать определённые игровые наклонности юных футболистов (с учётом желаний самого юного спортсмена выполнять функции вратаря, защитника, полузащитника или нападающего);
- формировать начальные сведения о самоконтроле.

Развивающие:

- развивать всестороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- развивать волевых качества – смелость, решительность, самообладание;
- развивать лидерские качества – инициативу и социальную активность.

Воспитательные:

- воспитать у обучающихся чувства ответственности за свои действия перед коллективом;
- воспитывать взаимопомощь и трудолюбие;
- воспитывать коммуникативные качества.

1.3. Содержание программы *Учебный план*

| № п / п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы, аттестации контроля |
|------------------|--|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|
| | | Всего | Теори я | Прак тика | |
| 1 | Введение в программу. Знакомство с правилами по ТБ. | 4,5 | 3,25 | 1,25 | Тестирование |
| 2 | Техническая подготовка | 63 | 2,5 | 60,5 | Зачет |
| 3 | Тактическая подготовка | 63 | 16 | 47 | Командный зачет |
| 4 | Физическая подготовка | 20,25 | 0 | 20,25 | Тестирование |
| 5 | Сдача контрольных нормативов | 11,25 | 4,5 | 6,75 | Тестирование |
| Итого | | 162 | 26,25 | 135,75 | |

Содержание учебного плана

Тема 1. Введение в программу.

Теория: Теоретическая подготовка футболистов - это педагогический процесс, направленный на вооружение обучающихся знаниями в области теории футбола и общих закономерностей спортивной тренировки, на повышение теоретического уровня и содействие росту спортивного мастерства. Теоретическая подготовка способствует также приобретению интеллектуальных умений и навыков, ведущих к формированию убеждений и познавательных способностей в процессе спортивной деятельности.

Практика: Выявление уровня первичной подготовки. Отработка правил игры по футболу.

Тема 2. Техническая подготовка

Теория: На начальном этапе главной задачей технической подготовки является ознакомление (этап первоначального обучения) обучающихся с основными техническими приемами т.е. предварительная подготовка. Успешное решение этой задачи способствует формированию у них стойкого интереса к футболу.

Практика: Обучение на данном этапе начинают с изучения техники передвижения: основных приемов бега, остановок, поворотов и прыжков. Параллельно юные футболисты знакомятся с приемами техники владения мячом и с основными способами их выполнения - ударами по мячу ногой в следующей последовательности:

Тема 3. Тактическая подготовка

Теория: Тактика является основным содержанием деятельности футболистов во время игры и важнейшим фактором, который при примерно равных показателях физической, технической и морально-волевой подготовленности двух команд обеспечивает победу одной из них. Успех может принести только гибкая тактика. Каждая команда должна стремиться играть, используя разнообразные тактические планы, иначе она вряд ли сумеет добиться больших побед в соревнованиях.

Практика: решение проблемы выбора наиболее эффективного варианта построения игры и разработки наиболее рациональных вариантов тактических атакующих и оборонительных действий футболистов в отдельных игровых ситуациях.

Тема 4. Физическая подготовка

Практика: Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки.

Тема 5. Сдача контрольных нормативов

Теория: Тестирование теоретической части (по правилам игры баскетбол). Подведение итогов

Практика: Тестирование по уровню развития. Зачетная игра с гостевой командой школьников, Зачетная игра с командой родителей.

1.4. Планируемые результаты

По окончании года обучения обучающиеся должны знать:

- основы истории развития футбола в России;
- сведения о строении и функциях организма человека;
- правила игры в футбол;
- особенности развития физических способностей на занятиях.

уметь:

- выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами -футбола;
- уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

| № | Месяц | Форма занятия | Количество уч. часов | | Тема занятия | Форма контроля |
|---|----------|------------------------------|----------------------|------|--|------------------------|
| | | | практ | теор | | |
| 1 | сентябрь | Лекция, беседа | 0 | 2,25 | Инструктаж по ОТ Введение в программу | Обсуждение, опрос |
| 2 | сентябрь | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>Упражнения для развития быстроты</i> | Наблюдение, обсуждение |
| 3 | сентябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>Упражнения для развития быстроты.</i> | Наблюдение |
| 4 | сентябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | <i>Физическая культура и спорт в России.</i> Строевая подготовка, ОФП, <i>Техника полевого игрока</i> Удары по мячу ногами | Наблюдение |
| 5 | октябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>упражнения для развития быстроты-эстафеты</i> | Наблюдение |

| | | | | | | |
|----|---------|--------------------------------------|------|------|--|------------|
| 6 | октябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока Удары по мячу ногой. | Наблюдение |
| 7 | октябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Развитие футбола в России Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока Удары по мячу головой | Наблюдение |
| 8 | октябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: Упражнения для развития быстроты. | Наблюдение |
| 9 | октябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока Удары по мячу головой | Наблюдение |
| 10 | октябрь | Практическое занятие | 2 | 0,25 | Развитие футбола за рубежом Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Остановка мяча. | Наблюдение |
| 11 | октябрь | Практическое занятие, индивидуальная | 2 | 0,25 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: игры по упрощенным правилам | Наблюдение |
| 12 | октябрь | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Остановка мяча. | Наблюдение |
| 13 | октябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строение и функции организма человека Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Ведение мяча. | Наблюдение |
| 14 | октябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: Специфические. встречные эстафеты | Наблюдение |

| | | | | | | |
|----|---------|------------------------------|------|---|--|------------|
| 15 | ноябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Ведение мяча. | Зачет |
| 16 | ноябрь | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Гигиенические знания и навыки Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Обманные движения | Наблюдение |
| 17 | ноябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: Специфические игры по упрощенным правилам | Наблюдение |
| 18 | ноябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока Обманные движения | Наблюдение |
| 19 | ноябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Закаливание. Режим и питание спортсмена Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Отбор мяча | Наблюдение |
| 20 | ноябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: для развития быстроты-эстафеты | Зачет |
| 21 | ноябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Отбор мяча | Наблюдение |
| 22 | ноябрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Врачебный контроль и самоконтроль Строевая подготовка, ОФП, Техника полевого игрока. Вбрасывание мяча из-за боковой линии | Наблюдение |
| 23 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: упражнения для | Наблюдение |

| | | | | | | |
|----|---------|----------------------|------|---|--|------------|
| | | | | | <i>развития скоростно-силовых качеств</i> | |
| 24 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, <i>Техника полевого игрока.</i> Вбрасывание мяча из-за боковой линии | Наблюдение |
| 25 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | <i>Физиологические основы спортивной тренировки</i> Строевая подготовка, ОФП, <i>Техника вратаря.</i> Первоначальное обучение. | Наблюдение |
| 26 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>Упражнения для развития быстроты.</i> | Наблюдение |
| 27 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП <i>Техника вратаря.</i> Первоначальное обучение. | Наблюдение |
| 28 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | <i>Основы методики обучения и тренировки</i> Строевая подготовка, ОФП <i>Тактика нападения</i> Индивидуальные действия без мяча. | Наблюдение |
| 29 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП спецподготовка <i>Упражнения для развития ловкости</i> <i>Специфические.</i> Жонглирование футбольного | Наблюдение |
| 30 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. Контрольные нормативы: сдача контрольных нормативов | Наблюдение |
| 31 | декабрь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | <i>Воспитание морально-волевых качеств спортсмена</i> | Наблюдение |

| | | | | | | |
|----|---------|------------------------------|------|------|--|------------------------|
| | | | | | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика нападения</i> Индивидуальные действия с мячом. | |
| 32 | январь | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>упражнения для развития быстроты-эстафеты</i> | Наблюдение |
| 33 | январь | Беседа | 0 | 2,25 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика нападения.</i> Индивидуальные действия с мячом. | Обсуждение |
| 34 | январь | Беседа | 0 | 2,25 | <i>Основы методики обучения и тренировки</i> Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика нападения</i> Групповые действия. | Зачет, обсуждение |
| 35 | январь | Практическое занятие, беседа | 1,75 | 0,5 | <i>Установка перед игрой и разбор проведенной игры</i> Соревновательная деятельность | Наблюдение, обсуждение |
| 36 | январь | Практическое занятие, беседа | 1,75 | 0,5 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика нападения</i> Групповые действия. | Наблюдение, обсуждение |
| 37 | январь | Практическое занятие, беседа | 1,75 | 0,5 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика нападения</i> Командные действия. | Наблюдение, обсуждение |
| 38 | январь | Практическое занятие, беседа | 1,75 | 0,5 | ОФП Соревновательная деятельность | Наблюдение, обсуждение |
| 39 | январь | Практическое занятие, беседа | 1,75 | 0,5 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика нападения</i> Командные действия. | Наблюдение, обсуждение |
| 40 | февраль | Практическое занятие | 1,75 | 0,5 | <i>Правила игры в футбол</i> Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика защиты</i> Индивидуальные действия | Наблюдение |

| | | | | | | |
|----|---------|------------------------------|------|---|---|------------------------|
| 41 | февраль | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>упражнения для развития быстроты-эстафеты</i> | Наблюдение |
| 42 | февраль | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика защиты.</i> Индивидуальные действия | Наблюдение |
| 43 | февраль | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика защиты</i> Групповые действия | Наблюдение, обсуждение |
| 44 | февраль | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП. спецподготовка: <i>Упражнения для развития ловкости</i> <i>Неспецифические.</i> Прыжки со скакалкой | Наблюдение, обсуждение |
| 45 | февраль | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика защиты.</i> Групповые действия | Наблюдение, обсуждение |
| 46 | февраль | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | <i>Планирование спортивной тренировки и учет</i> Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика защиты</i> Командные действия | Наблюдение, обсуждение |
| 47 | февраль | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>Упражнения для развития общей выносливости</i> | Наблюдение, обсуждение |
| 48 | март | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика защиты</i> Командные действия | Наблюдение, обсуждение |
| 49 | март | Практическое занятие, беседа | 1,25 | 1 | <i>Основы методики обучения и тренировки</i> Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика вратаря</i> Закрепление умения | Наблюдение, обсуждение |

| | | | | | | |
|----|------|------------------------------|------|-----|--|------------------------|
| | | | | | организовать построение «стенки» | |
| 50 | март | Практическое занятие | 1,25 | 1 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>Упражнения для развития общей выносливости</i> | Наблюдение |
| 51 | март | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. <i>Тактика вратаря</i> Закрепление умения организовать построение «стенки» | Наблюдение |
| 52 | март | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Упражнения интегрального характера: передачи мяча в парах в движении с использованием комбинации «скрещивание» с последовательным ударом по цели | Наблюдение |
| 53 | март | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>упражнения для развития быстроты-эстафеты</i> | Наблюдение |
| 54 | март | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Упражнения интегрального характера: передачи мяча в парах в движении с использованием комбинации «скрещивание» с последовательным ударом по цели | Наблюдение |
| 55 | март | обсуждение | 1,75 | 0,5 | Строевая подготовка, ОФП. Техника игры: анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему | Наблюдение, обсуждение |
| 56 | март | Практическое занятие, беседа | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. спецподготовка: <i>Упр</i> | Наблюдение, обсуждение |

| | | | | | | |
|----|--------|------------------------------|------|---|---|------------------------|
| | | | | | <i>ажнения для развития ловкости Неспецифические. Прыжки со скакалкой</i> | |
| 57 | апрель | Практическое занятие, беседа | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. Техника игры: обучение элементам техники от частного к общему | Наблюдение |
| 58 | апрель | Практическое занятие, беседа | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. Техника игры в футбол: обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом. | Наблюдение, обсуждение |
| 59 | апрель | Практическое занятие, беседа | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>Упражнения для развития общей выносливости</i> | Наблюдение, обсуждение |
| 60 | апрель | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. Техника игры в футбол: обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях | Наблюдение |
| 61 | апрель | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП Основы методики обучения и тренировки футболистов: рассказ, показ, разучивание (повторение), анализ обучения движениям | Наблюдение, обсуждение |
| 62 | апрель | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>Упражнения для</i> | Наблюдение, обсуждение |

| | | | | | | |
|----|--------|----------------------|------|------|--|------------|
| | | | | | <i>развития общей выносливости</i> | |
| 63 | апрель | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП Основы методики обучения и тренировки футболистов | Наблюдение |
| 64 | апрель | Практическое занятие | 2,25 | 0 | <i>Планирование спортивной тренировки и учет</i> Строевая подготовка, ОФП Инструкторская и судейская практика | Наблюдение |
| 65 | апрель | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: <i>упражнения для развития быстроты-эстафеты</i> | Наблюдение |
| 66 | май | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП Инструкторская и судейская практика | Наблюдение |
| 67 | май | Практическое занятие | 2,25 | 0 | <i>Основы методики обучения и тренировки</i> Строевая подготовка, ОФП Тактика игры: обучение и совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических | Наблюдение |
| 68 | май | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП. спецподготовка: <i>Упр ажнения для развития ловкости Неспецифические.</i> Прыжки со скакалкой | Зачет |
| 69 | май | Практическое занятие | 0 | 2,25 | Упражнения интегрального характера: передачи мяча в парах в движении с | Зачет |

| | | | | | | |
|--------------|-----|----------------------|------------|-------|--|-------|
| | | | | | использованием комбинации «скрещивание» с последовательным ударом по цели | |
| 70 | май | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Места занятий, оборудование и инвентарь Строевая подготовка, ОФП Контрольные нормативы: сдача контрольных нормативов | Зачет |
| 71 | май | Практическое занятие | 2,25 | 0 | Строевая подготовка, ОФП, спецподготовка: Упражнения для развития общей выносливости | Зачет |
| 72 | май | Практическое занятие | 0 | 2,25 | Установка перед игрой и разбор проведенной игры Соревновательная деятельность | |
| | | | 135,75 | 26,25 | | |
| ВСЕГО | | | 162 | | | |

2.2. Условия реализации программа

Материально-техническое обеспечение:

| Наименование объектов и средств материально-технического оснащения | Количество | Примечания |
|--|------------|-----------------|
| Рабочая программа | | |
| Места проведение занятий | | |
| Футбольное поле | 1 | |
| Спортивный зал | 1 | 9 x18 м. и выше |
| Учебно-практическое | | |
| Стандартные ворота (футбольные) | 2 | |
| Футбольные ворота 2×5 м | 2 | |
| Футбольные ворота 2×3 м | 2 | |
| Малые ворота 1,2× 0,80м | 4 | |
| Скакалки | 15 | На каждого |
| Мячи набивные различной массы | 1 | На двух |
| Мячи футбольные №5 | 15 | На каждого |
| Компрессор для накачивания мячей | 1 | |
| Конусы тренировочные | 20 | |

Информационное обеспечение:

— Компьютер, интернет

2.3. Формы аттестации

Аттестация обучающихся проходит 1 раз в год в форме школьных, районных соревнований. Аттестация подтверждается грамотами и дипломами за участие в спортивных мероприятиях.

Формы контроля освоения образовательной программы

- Текущий: наблюдение, тестирование, учебная игра.
- Итоговый: учебная игра, соревнования.

Контрольные испытания:

1. *Бег 30 м на скорость.* Упражнение выполняется в парах на беговой дорожке с высокого старта.
2. *Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 сек.* Упражнение начинать из положения сидя, ногами упираться в мат / ноги не держать/, руки за головой. По сигналу туловище опустить на мат, голову, лопатки положить на мат. Поднимая туловище локтями коснуться коленей. Стопы от пола не отрывать.
3. *Прыжок в длину с места.* Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток учитывается лучший результат.
4. *Кросс.* Бег выполняется в группе без учета времени.
5. *Бег 30 м (5х6м).* На расстоянии 6 м чертятся две линии - стартовая и контрольная. По зрительному сигналу обучающийся бежит, преодолевая расстояние 6 м пять раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.
6. *Испытания на точность передачи в паре.* Каждый обучающийся выполняет по 10 передач (учитывается количественная и качественная сторона исполнения).

2.4. Оценочные материалы

Контрольные нормативы для обучающихся

| Контрольные нормативы 2-го года обучения Специализация и направленность Вид и № упражнения | 8 лет | | | | | 9 лет | | | | |
|--|----------------------------|------|------|------|-----|-----------------------------------|------|------|-----|-----|
| | Оценка результата в баллах | | | | | Оценка результата в баллах | | | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Общая физическая подготовка 1 год | | | | | | Общая физическая подготовка 2 год | | | | |
| 1.Бег 30 м (сек) | 6.0 | 5.9 | 5,7 | 5.5 | 5.3 | 5.9 | 5,8 | 5,6 | 5,4 | 5,2 |
| 2.Бег 60 м (сек) | 10,6 | 10,5 | 10,3 | 10,1 | 9,9 | 10,5 | 10,3 | 10,1 | 9,9 | 9,7 |
| Скоростная выносливость 3.Челночный бег 3 х 10 м (сек) | 10.1 | 10,0 | 9,8 | 9,5 | 9,1 | 10,0 | 9,8 | 9.5 | 9,1 | 8,8 |
| 4.Бег 300 м (сек) | 70 | 68 | 66 | 64 | 62 | 66 | 65 | 64 | 63 | 62 |
| 5.Жонглирование | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 6.Прыжок в длину с места(см) | 120 | 130 | 140 | 155 | 160 | 130 | 135 | 145 | 160 | 165 |

2.5. Методические материалы

На занятиях в зависимости от содержания используются следующие методы обучения:

- словесный (рассказ, объяснение, беседа);
- игровой
- объяснительно-иллюстративный (слушание, сравнение, запоминание);
- практический (упражнения);
- наглядный (показ видеофильмов);
- репродуктивный (повторение за педагогом).

Педагогические технологии

Образовательная деятельность организована в форме теоретических и практических занятий, включающих групповую работу, работу в парах, диалог, контроль качества знаний.

Модель учебного занятия представляет собой последовательность этапов в процессе усвоения знаний обучающимися, построенных на смене видов деятельности: восприятие, осмысление, запоминание, применение. Дидактические материалы включают задания, упражнения.

2.6. Список литературы

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. М. «Просвещение». 1986.
2. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых.
3. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов. «ФОН» М. ФиС. 1980
4. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов М. ФиС 1978.
5. Джармен. Д. Футбол для юных. Перевод с английского. М. ФиС. 1982.
6. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М.2011.
7. Жан – Люк Чесно, Жерар Дюрэ. Футбол. Обучение базовой технике. М.ТВТ Дивизион. 2006.
8. Краснощеков В.В., Бауэр В.Г., Литвинчук Е.М., Круглыхин В.А. Лапшин О.Б. – Теория и методика подготовки юных футболистов. М.;2010.
9. «О введении в действие санитарно – эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2. 4. 4. 1252 – 03». 3 апреля 2003 г.
10. Письмо Минобр и науки от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях программам дополнительного образования детей».
11. Приказ Минспорта РФ от 24.10.2012 № 325 «О методических рекомендациях по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».
12. Приказ Минспорта России от 27.03.2013 N 147 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол».
13. Родионов А.В., Родионов В.А. Физическое развитие и психическое здоровье. Программа развития личности ребенка средствами физической активности в 1-4 классах. - М.: ТЕИС,1997. Романенко А.Н., Джус О.Н., Догадин М.Н. Книга тренера по футболу. Киев. Здоровье.1988.
14. Федеральный закон РФ «О физической культуре и спорту в Российской Федерации» № 329 – ФЗ от 4 декабря 2007 г.
15. Федеральный закон Российской Федерации от 25 декабря 2012 г. N 257-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
16. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
17. Футбол в школе. Практическое пособие по организации и проведению в средних общеобразовательных школах уроков по футболу. М. Терра – Спорт, Олимпия пресс. 2002.