

Управление образования Исполнительного комитета
муниципального образования города Казани
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества»
Вахитовского района г. Казани

Принята на заседании
педагогического совета
от «03» 03 20 18 г.

Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО

«Центр детского творчества»

Р.Р. Салыхова

Приказ № 11 от 03.09 2018 г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»

Возраст обучающихся – 7-12 лет

Срок реализации – 4 года

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования

Туктаров Владимир Алексеевич

г. Казань, 2016

Информационная карта образовательной программы

1	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества Вахитовского района» г. Казани
2	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»
3	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4	Сведения о разработчиках	
4.1	Ф.И.О., должность	Туктаров Владимир Алексеевич, педагог дополнительного образования
5	Сведения о программе	
5.1	Срок реализации	4 года
5.2	Возраст учащихся	7-12 лет
5.3	Характеристика программы: Тип программы Вид программы	дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
5.4	Цель программы	Развитие разносторонней, физически подготовленной личности через учебно-воспитательный процесс объединения «Футбол».
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы: учебно-тренировочные занятия (групповые, командные), комбинированные занятия, тематические занятия, беседы, экскурсии, праздники, просмотр и обсуждение видео материалов, соревнования, тестирование, аттестация. Методы: словесный, игровой, наглядный, объяснительно-иллюстративный, практический, частично-поисковый, метод самостоятельной работы.
7	Формы мониторинга результативности	Контрольные тесты и нормативы (мониторинг двигательной подготовленности), контрольные и товарищеские игры, соревнования и первенства района и города, турниры.
8	Результативность реализации программы	<ul style="list-style-type: none"> • «Турнир по футболу «Кожаный мяч» среди детско-юношеских команд Вахитовского района г. Казани – 2017» - 2-е место (возрастная группа 2004-2005 г.р.) • «Турнир по футболу «Кожаный мяч» среди детско-юношеских команд Вахитовского района г. Казани – 2017», 2-е место (возрастная группа 2006-2007 г.р.)
9	Дата утверждения и последней корректировки программы	03.09.2018 г.
10	Рецензенты	к.п.н. Политова В.В.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка
2. Учебный (тематический) план
3. Содержание программы
4. Планируемые результаты освоения программы
5. Организационно-педагогические условия реализации программы
6. Формы аттестации / контроль и оценочные материалы
7. Список литературы (печатные и электронные образовательные и информационные ресурсы)
8. Приложения (методические материалы, календарный учебный график на каждый год обучения)

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Нормативно-правовое обеспечение:

- Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ.
- Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей Министерства образования (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11 декабря 2006 г. № 06-1844).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. №1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
- Сан ПиН 2.4.4.3172-14 (Зарегистрировано в Минюсте России 20 августа 2014 г. N 33660).
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Методические рекомендации по разработке и реализации программ дополнительного образования ГБОУ ВО города Москвы «Московский городской педагогический университет» / Составители М.М. Шалашова, Д.А. Махотин и др. - Москва, ГБОУ ВО Mill У 2016. 88 с.
- Письмо Министерства образования и науки РФ (Департамент государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи) «О направлении информации» от 18.11.2015 № 09-3242.
- Методические рекомендации по разработке и оформлению ДОП. Буйлова Л.Н. - Москва, ГАОУ ВО «Московский институт открытого образования», 2015 г.
- Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования. - Москва, ГАОУ ВО «МГПУ», АНО ДПО «Открытое образование», 2016 г.
- Методические рекомендации по проектированию современных дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ, в том числе разноуровневых, - ГБУДО «Республиканский центр внешкольной работы» МОиН РТ, 2017 г.
- Устав учреждения.

Актуальность программы.

Актуальность и педагогическая целесообразность данной программы состоят в том, что она предусматривает системную организацию обучения, которое включает в себя изучение теоретического материала, проведение практических занятий по физической, технической и тактической подготовке, судейской и инструкторской практике, а также участие в соревнованиях.

Не секрет, что физическая подготовленность учащихся с каждым годом снижается, падает интерес к традиционным игровым видам спорта. Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить задачи подросткового этапа развития, адаптироваться в социуме. Также недостаточный уровень физической подготовки учащихся не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в образовательном учреждении.

Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и всестороннее воздействие на организм учащихся, дает возможность развить такие качества, как

быстроту, ловкость, выносливость, силу. Все это повышает функциональные возможности организма, способствует формированию новых двигательных навыков. Коллективный характер игры в футбол воспитывает чувство дружбы, взаимопомощи, сопереживания, взаимоподдержки, ответственности перед товарищами.

В процессе игровой деятельности, учащимся объединения «Футбол» необходимо овладевать сложной техникой и тактикой игры на поле, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль, нагрузки; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям окружающей среды; строго соблюдать здоровый образ жизни, не нарушать спортивный режим. Все это способствует воспитанию морально-волевых качеств, таких как смелость и стойкость. Программа объединения «Футбол» разработана на основе типовых, примерных программ по футболу с учетом опыта лучших тренеров детского и юношеского футбола России и Республики Татарстан. Отличие программы в том, что в первые два года обучения уделяется большое внимание общей физической подготовке, как необходимому базису для дальнейшего успешного усвоения тактических элементов игры.

Отличительные особенности программы.

Отличительной особенностью данной программы от уже существующих программ по футболу является личностно-ориентированный подход, на основе которого осуществляется всестороннее развитие личности учащегося, раскрытие его природного творческого начала через физическую подготовку и применение средств игры в футбол.

Цель программы: развитие разносторонней, физически подготовленной личности через учебно-воспитательный процесс объединении «Футбол».

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить полному арсеналу технических приемов игры, совершенствовать индивидуальную и групповую тактику игры, обучить основам командной тактики игры;
- совершенствовать технические приемы игры, довести до высокого уровня их выполнение в разных условиях, с активным сопротивлением противника; совершенствовать индивидуальную, групповую и командную тактику игры, обучить «стандартным» положениям;
- формировать у учащихся судейские и инструкторские навыки;

Развивающие:

- развивать игровые наклонности учащихся, исходя из наличия определенных качеств и желания выполнять определенную игровую функцию (вратаря, защитника, нападающего или игрока средней линии);
- обеспечить всестороннюю физическую подготовку с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств, ловкости, общей выносливости;
- совершенствовать всестороннюю физическую подготовленность с преимущественным развитием силы, быстроты, общей и специальной выносливости;

Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые качества, необходимые спортсмену и зрелой всесторонне развитой личности;
- формировать осознанный интерес к здоровому образу жизни.
- воспитывать самостоятельность и ответственность.

Адресат программы: дети в возрасте 7-12 лет, желающие заниматься футболом, не имеющие медицинских противопоказаний по состоянию здоровья.

Объем программы: для освоения программы необходимо 720 часов.

Формы организации образовательного процесса: групповое занятие.

Виды занятий:

- учебно-тренировочные занятия (групповые, командные);
- комбинированные занятия;
- тематические занятия;
- беседы;
- учебные и товарищеские игры;
- экскурсии;
- походы;
- праздники;
- просмотр и обсуждение видео материалов;
- соревнования;
- тестирование.

Методы организации и проведения образовательного процесса.

Словесные методы:

- Описание
- Объяснение
- Рассказ
- Разбор
- Указание
- Команды и распоряжения
- Подсчёт.

Наглядные методы:

- Показ упражнений и техники футбольных приёмов
- Использование учебных наглядных пособий
- Видеофильмы, DVD, слайды
- Жестикуляции.

Практические методы:

- Метод упражнений
- Метод разучивания по частям
- Метод разучивания в целом
- Соревновательный метод
- Игровой метод

Срок освоения программы – 4 года.

I-II года обучения – 144 часа

III-IV года обучения – 216 часов

Режим занятий.

Наполняемость групп: 1 год обучения: 15 человек; 2 год обучения: 12 человек.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа. (1, 2 года обучения); 3 раза в неделю по 2 часа (3, 4 года обучения)

Планируемые результаты освоения программы.

Занимаясь по данной программе в течение 4-х лет, учащиеся будут:

Знать:

- ✓ Правила игры в футбол;
- ✓ Основы командной тактики игры;
- ✓ Правила и тактику игры при «стандартных положениях»;
- ✓ Основы судейства в футболе.

Уметь:

- ✓ Применять в игре тактические и технические приемы;
- ✓ Выполнять приемы игры на высокой скорости и с сопротивлением;
- ✓ Судить игры и организовывать соревнования;
- ✓ Исходя из наличия определенных качеств и желания, выполнять определенную игровую функцию (вратаря, защитника, нападающего или игрока средней линии).

Обладать:

- ✓ Всесторонней физической подготовкой с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств, ловкости, общей выносливости;
- ✓ Морально-волевыми качествами, необходимыми спортсмену и зрелой всесторонне развитой личности;
- ✓ Осознанным интересом к здоровому образу жизни;
- ✓ Полным арсеналом технических и тактических приемов игры;
- ✓ Судейскими и инструкторскими навыками.

Формы подведения итогов программы.

В процессе обучения по данной программе отслеживание результатов происходит через аттестацию учащихся.

Вводная аттестация (проводится в самом начале первого года обучения с целью установления начальных знаний и умений детей).

Промежуточная аттестация (проводится в конце первого полугодия учебного года с целью проверки усвоения детьми знаний, умений, навыков и корректировки обучения).

Годовая аттестация (проводится в конце учебного года с целью проверки усвоения детьми знаний, умений, навыков и корректировки дальнейшего обучения).

Итоговая аттестация (проводится в конце четвертого года обучения с целью определения уровня знаний, умений, навыков по освоению программы за весь курс обучения)

Выявления достигнутых результатов осуществляется:

1. Через механизм тестирования сдачи контрольных нормативов
2. По результатам участия в соревнованиях

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

I год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		общее кол-во часов	теория	практика		
1	Вводное занятие. Место футбола в современном спорте. Техника безопасности	2	2	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
2	Правила игры в футбол	3	3	-	комбинированное занятие	опрос, тестирование
3	Общая физическая подготовка	25	2	23	учебно-тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
4	Техника игры в футбол	47	4	43	учебно-тренировочное занятие (групповое, индивидуальное, командное)	контрольные тесты и нормативы
5	Тактика игры в футбол	15	3	12	учебно-тренировочное занятие (групповое, и, командное)	контрольные тесты и нормативы
6	Гигиенические знания и навыки. Закаливание	2	2		беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
7	Учебные и тренировочные игры	22	-	22	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
8	Контрольные игры и соревнования по футболу	24	-	24	игры и соревнования по футболу	мониторинг подготовленности
9	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	4	-	4	аттестация	сдача контрольных тестов и нормативов
Итого:		144	16	128		

II год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		общее кол-во часов	теория	практика		
1	Вводное занятие. Развитие футбола в России, Татарстане и за рубежом. Техника безопасности	2	2		беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
2	Гигиенические знания и навыки. Закаливание	1	1		беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
3	Правила игры в футбол. Судейство, организация соревнований	2	2		комбинированное занятие	опрос, тестирование
4	Специальная физическая подготовка	15	-	15	учебно-тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
5	Техника игры в футбол	47	2	45	учебно-тренировочное занятие (групповое, индивидуальное, командное)	контрольные тесты и нормативы
6	Тактика игры в футбол	21	10	11	учебно-тренировочное занятие (групповое, и, командное)	контрольные тесты и нормативы
7	Учебные и тренировочные игры	20	-	20	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
8	Контрольные игры и соревнования по футболу	30	-	30	игры и соревнования по футболу	мониторинг подготовленности
9	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	6	-	6	аттестация	сдача контрольных тестов и нормативов
Итого:		144	17	127		

III год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		общее кол-во часов	теория	практика		
1	Вводное занятие. Место футбола в современном спорте. Техника безопасности	2	2	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
2	ФКиС в России и РТ, зарубежный опыт	2	2		беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
3	Правила игры в футбол	2	2	-	комбинированное занятие	опрос, тестирование
4	Специальная физическая подготовка	34	2	32	учебно-тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
5	Техника игры в футбол	50	5	45	учебно-тренировочное занятие (групповое, индивидуальное, командное)	контрольные тесты и нормативы
6	Тактика игры в футбол	62	15	47	учебно-тренировочное занятие (групповое, и, командное)	контрольные тесты и нормативы
7	Учебные и тренировочные игры	28	-	28	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
8	Установки перед играми и разбор проведенных игр	4	4	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
9	Контрольные игры и соревнования по футболу	26	-	26	игры и соревнования по футболу	мониторинг подготовленности
10	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	6	-	6	аттестация	сдача контрольных тестов и нормативов
Итого:		216	32	184		

IV год обучения

№ п/п	Название темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		общее кол-во часов	теория	практика		
1	Вводное занятие. Место футбола в современном спорте. Техника безопасности	2	2	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
2	ФКиС в России и РТ, зарубежный опыт	2	2		беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
3	Правила игры в футбол	2	2	-	комбинированное занятие	опрос, тестирование
4	Специальная физическая подготовка	24	2	22	учебно-тренировочное занятие	контрольные тесты и нормативы
5	Техника игры в футбол	50	5	45	учебно-тренировочное занятие (групповое, индивидуальное, командное)	контрольные тесты и нормативы
8	Тактика игры в футбол	70	15	55	учебно-тренировочное занятие (групповое, и, командное)	контрольные тесты и нормативы
9	Учебные и тренировочные игры	28	-	28	учебно-тренировочные игры	мониторинг подготовленности
10	Установки перед играми и разбор проведенных игр	4	4	-	беседа, просмотр и обсуждение видео материалов	опрос
11	Контрольные игры и соревнования по футболу	28	-	28	игры и соревнования по футболу	мониторинг подготовленности
12	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	6	-	6	аттестация	сдача контрольных тестов и нормативов
Итого:		216	32	184		

III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I год обучения

Вводное занятие. Общие сведения касательно режима и формы занятий. Техника безопасности. Правила дорожного движения и правила безопасности во время проведения занятий и массовых мероприятий.

Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.

Общая физическая подготовка. Игры и упражнения, позволяющие развивать быстроту, ловкость, равновесие, реакцию, расширить арсенал двигательных умений. Задача этого этапа позволить юному футболисту знакомиться с возможностями собственного тела.

Техника игры в футбол. Знакомство с мячом. На этом этапе разучиваем способы ведения мяча (внешней, внутренней стороной стопы), передачи – прием мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Техника игры «Обыгрыш соперника». Техника передвижений, включающая в себя: прыжки, подскоки, изменение темпа, ритма и направления движения

Тактика игры в футбол. Понятие о тактике и футболе как коллективной игре. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима для юного спортсмена. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

Учебные и тренировочные игры. Организация и проведение учебных игр по предварительно составленному плану и с обязательным применением изученного программного материала (для данного года обучения) по технической подготовке.

Контрольные игры и соревнования по футболу. Составление календаря игр, оценка результатов. Оформление хода и результатов соревнований.

Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Жонглирование, вбрасывание мяча на дальность, ведение мяча на отрезке в 20 м, удар на дальность по неподвижному мячу, удар на точность.

II год обучения

Вводное занятие. Общие сведения касательно режима и формы занятий. Техника безопасности. Правила дорожного движения и правила безопасности во время проведения занятий и массовых мероприятий. Развитие футбола в России. Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.

Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу. Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

Специальная физическая подготовка. Развитие и формирование двигательных качеств футболиста с уклоном на футбольную специфику. Бег с изменением темпа, направления движения, остановки, ускорения, бег с преодолением препятствий

Техника игры в футбол. На данном этапе от знакомства с мячом переходим к формированию необходимых умений в работе с мячом. Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Прием и остановка мяча в движении. Передачи мяча внутренней стороной стопы в движении. Жонглирование подъемом стопы и головой.

Тактика игры в футбол. Понятие о футболе, как коллективной игре. Основные принципы командной игры с мячом и без мяча (ширина, глубина открывания, отбор мяча). Рациональное использование индивидуальных качеств, ведения, обводки, игры с партнерами. Отработка данных тем в играх малых групп 4 на 4, 5 на 5)

Учебные и тренировочные игры. Организация и проведение учебных игр по предварительно составленному плану и с обязательным применением изученного программного материала (для данного года обучения) по технической подготовке.

Контрольные игры и соревнования по футболу. Составление календаря игр, оценка результатов. Оформление хода и результатов соревнований.

Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Жонглирование, вбрасывание мяча на дальность, ведение мяча на отрезке в 20 м, удар на дальность по неподвижному мячу, удар на точность.

III год обучения

Вводное занятие. Место футбола в современном спорте. Специфика футбола как вида спорта. Современный футбол и пути его дальнейшего развития.

ФКиС в России и РТ, зарубежный опыт – общие сведения об этапах развития футбола в РТ, РФ и в других странах.

Правила игры в футбол. Детальное изучение правил игры и пояснений к ним. Руководство игрой.

Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития дистанционной скорости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития специальной выносливости.

Техника игры в футбол. Техника передвижения. Удары по мячу ногой, головой. Остановка мяча, ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча, вбрасывание мяча. Техника игры вратаря.

Тактика игры в футбол. Тактика нападения (индивидуальные действия, групповые действия, командные действия: организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты, выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр. Тактика вратаря. Выполнение с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот. Введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру.

Учебные и тренировочные игры. Организация и проведение учебных игр по предварительно составленному плану и с обязательным применением изученного программного материала (для данного года обучения) по технической подготовке.

Установки перед играми и разбор проведенных игр. Определение состава своей команды. Тактический план предстоящей игры. Разбор прошедшей игры, анализ игры всей команды, отдельных звеньев и игроков.

Контрольные игры и соревнования по футболу. Составление календаря игр, оценка результатов. Оформление хода и результатов соревнований.

Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Жонглирование, вбрасывание мяча на дальность, ведение мяча на отрезке в 20 м, удар на дальность по неподвижному мячу, удар на точность.

IV год обучения

Вводное занятие. Место футбола в современном спорте. Специфика футбола как вида спорта. Современный футбол и пути его дальнейшего развития.

ФКиС в России и РТ, зарубежный опыт – общие сведения об этапах развития футбола в РТ, РФ и в других странах.

Правила игры в футбол. Повторение правил игры в футбол. Способы судейства, обязанности судей.

Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития дистанционной скорости: упражнения для развития скорости переключения от одного действия к другому, бег с изменением направления (до 180 градусов), «челночный бег». Упражнения для развития скоростно-силовых качеств без отягощения и с отягощением (гантели, штанга). Вбрасывание футбольного мяча на дальность. Упражнения для развития ловкости: прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Упражнения для развития специальной выносливости: кроссы, переменный бег, многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Игры с уменьшенным по численности составом.

Техника игры в футбол. Различные сочетания приемов передвижения с техникой владения мячом. Удары по мячу ногой: прямые, резаные, на точность, силу, дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Удары по мячу головой. Остановки мяча стопой, грудью, головой. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях активного единоборства. Совершенствование в отборе мяча изученными приемами. Вбрасывание мяча изученными способами на дальность и точность.

Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия: маневрирование на поле. Групповые действия: взаимодействия с партнерами при организации атаки с использованием различных передач; смена флангов атаки. Командные действия: организация быстрого нападения по избранной тактической системе, взаимодействие с партнерами при разном числе нападающих. Тактика защиты. Индивидуальные действия: совершенствование «закрывания», «перехвата» и отбора мяча. Групповые действия: создание численного превосходства в обороне.

Учебные и тренировочные игры. Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий при игре по избранной тактической системе.

Установки перед играми и разбор проведенных игр. Определение значения предстоящей игры и особенностей турнирного положения команды, сведений о сопернике, состава команды. Составление тактического плана игры. Разбор прошедшей игры: положительные и отрицательные моменты, причины успеха или невыполнения заданий.

Контрольные игры и соревнования по футболу. Составление плана соревнований и календаря игр. Оценка результатов игр. Оформление хода и результатов соревнований.

Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Жонглирование, вбрасывание мяча на дальность, ведение мяча на отрезке в 20 м, удар на дальность по неподвижному мячу, удар на точность.

IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

После *первого года обучения* учащиеся будут:

знать:

- ✓ историю футбола;
- ✓ значения здорового образа жизни;
- ✓ правила игры в футбол

уметь:

- ✓ технически правильно осуществлять двигательные действия, применяющиеся в футболе, использовать их в условиях соревновательной деятельности;
- ✓ применять в игре изученные тактические действия и приёмы;
- ✓ соблюдать правила игры

После *второго года обучения* учащиеся будут:

знать:

- ✓ понятие о стратегии, тактике, системе и стиле игры;
- ✓ терминологию игры и жесты судьи;
- ✓ установку игры и анализ игры;
- ✓ организацию и проведение соревнований

уметь:

- ✓ владеть техникой ведения мяча;
- ✓ владеть техникой ударов по мячу;
- ✓ выполнять технику обманных движений (финтов)

После *третьего года обучения* учащиеся будут:

знать:

- ✓ знать правила игры в футбол;
- ✓ знать правила гигиены и основы спортивного режима дня;
- ✓ основы техники и тактики.

уметь:

- ✓ применять в игре тактические командные взаимодействия;
- ✓ судить игры и организовывать соревнования

После *четвертого года обучения* учащиеся будут:

знать:

- ✓ знать правила игры в футбол;
- ✓ знать правила гигиены и основы спортивного режима дня;
- ✓ основы техники и тактики

уметь:

- ✓ применять в игре тактические и технические приемы;
- ✓ уметь выполнять приемы игры на высокой скорости и с сопротивлением;
- ✓ судить игры и организовывать соревнования.

V. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

В данной программе использованы методические разработки ведущих специалистов этого вида спорта: Андреев С.Н. Футбол – твоя игра. – М.: «Просвещение», Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. М.: «Человек», учебно-методические рекомендации и разработки российской государственной академии физической культуры.

Процесс обучения включает в себя не только приобретение знаний, умений и навыков игры в футбол. В процессе тренировки органически вплетается воспитание убеждений, взглядов и принципов, необходимых для формирования личности человека. Этическое воспитание учащихся способствует развитию чувства уважения к старшим, общему культурному росту, умению жить и трудиться в коллективе. В результате обучения достигается, прежде всего, оздоровительный эффект, а также появляется возможность овладения обучающимся различных ступеней спортивного мастерства.

С учащимися до 12 лет акцент делается на общую физическую подготовку и базовую технику и тактику игры, широко используется в учебно-тренировочном процессе игровые технологии. С учащимися от 12 лет и старше акцент делается на техническую и тактическую подготовку и умение применять свои навыки в сложных игровых условиях. Учитывая оздоровительную и спортивную направленность программы, в учебно-тематический план включены теоретические и практические занятия, которые целенаправленно знакомят обучающихся с современным уровнем развития футбола в Республике, РФ и во всем мире.

Объединение «Футбол» - это место для самовыражения, развития и выявления способностей ребенка не только к занятиям спортом, но и хорошая возможность формирования разносторонне развитой личности.

Воспитательный раздел представлен следующими направлениями:

- каникулярный отдых (экскурсии, спортивные лагеря, соревнования);
- работа с детским активом (показательные выступления, семинары, соревнования, тестирование);
- работа с родителями (родительские собрания, открытые уроки, анкетирование).

Разнообразие форм и содержание досуговой деятельности укрепляет и обогащает межличностные отношения детей и взрослых, совершенствует культуру общения, развивает и укрепляет семейные интересы. Это достигается через разные конкурсные развлекательные программы, игры, акции, через взаимодействие с другими секциями и клубами по месту жительства.

В школьные каникулы более широко используются формы досуговой деятельности, особенно экскурсии, в летнее время организуются профильные учебно-тренировочные сборы на базе лагерей. Участие в социально-значимых акциях и мероприятиях содействует становлению молодого гражданина.

Успех учебно-воспитательного процесса во многом зависит от умелого применения на практике таких дидактических методов как: наглядность, сознательность, доступность, систематичность. Рассмотрим эти принципы.

1. Принцип наглядности

Необходимость широкого применения принципа наглядности в футболе обусловлено тем, что новые движения, с которыми знакомятся учащиеся, не знакомы им, ибо взяты не из жизненной практики человека.

По каким путям идет реализация принципа наглядности в футболе:

а) непосредственная наглядность – показ натуральных движений. Как правило, движения показывает преподаватель или отдельные, наиболее успевающие ученики.

б) опосредованная наглядность – демонстрация различного рода наглядных пособий: рисунки, фотографии, дополнительные зрительные ориентиры, видео

Применение непосредственной и опосредованной наглядности зависит от возраста занимающихся и уровня их спортивно-технической подготовки. Наибольший эффект достигается при рациональном сочетании непосредственного показа натуральных движений с использованием средств опосредованной наглядности. Необходимо отметить, что любые средства наглядной информации должны дополняться объяснением.

2. Принцип сознательности и активности

Принцип сознательности – один из наиболее важных принципов. Для того чтобы научиться управлять своими движениями и мячом, надо понимать смысл техники изучаемых упражнений и уметь сознательно контролировать их выполнение. Чем старше занимающиеся, тем большее значение для них имеет анализ техники и сознательное выполнение движений. Понимание целей физических упражнений, применяемых на занятиях, способствует повышению активности ученика.

3. Принцип систематичности

Принцип систематичности предполагает регулярность в посещении занятий. Только при оптимальном их количестве ученик приобретает, а затем и сохраняет спортивную форму, необходимую для быстрого освоения техники и тактики игры.

4. Принцип доступности

Принцип доступности заключается в подборе элементов упражнений, соответствующих технической подготовленности и возрасту занимающихся, и в последовательном переходе от легких упражнений к более сложным. Доступность упражнений позволяет поддерживать у учеников интерес к занятиям.

Занятия по общей физической подготовке и футболу проводятся на специально оборудованном и подготовленном поле, площадке (без ям, канав, луж), защищенном от проезжей части или в закрытом спортивном зале с ровным покрытием. До начала занятия тренер-преподаватель обязан проверить состояние (удостовериться в отсутствии посторонних предметов) и готовность места занятия (футбольного поля, площадки, зала и т.п.), прочность крепления ворот, а также и наличие необходимого спортивного инвентаря и оборудования. За воротами и в 10 м около них не должно никого находиться. Во время занятий на площадке (поле и т.д.) не должно быть посторонних лиц, которые могут стать причиной травмы.

При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

К тренировочным занятиям и соревнованиям допускаются учащиеся (спортсмены), прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Учащиеся должны заниматься в установленной спортивной форме и обуви.

При проведении тренировочных занятий (соревнований) возможно воздействие на учащихся опасных факторов: травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу (площадке, поле) и т.п. Стараться избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков. При выполнении прыжков, случайном столкновении и падении учащиеся должны уметь применять самостраховку. При отсутствии врача, у педагога должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

При планировании тренировочных занятий (соревнований) в зимнее время на открытом воздухе с учетом рекомендаций СанПиН 2.4.2.2821-10 по проведению занятий физической культуры на открытом воздухе для средней полосы России следует придерживаться следующих норм температурного режима:

Возраст	t°	Скорость ветра	
учащиеся до	-9С°	Без ветра	Допускается проведение занятий в

12 лет	-6 С°	5м/с	сокращенном режиме, с перерывами и захождением в теплое помещение
	-3 С°	6-10м/с	
		более 10м/с	Занятия не проводятся
учащиеся 12-13 лет	-12 С°	Без ветра	Допускается проведение занятий в сокращенном режиме, с перерывами и захождением в теплое помещение
	-8 С°	5м/с	
	-5 С°	6-10м/с	Занятия не проводятся
		более 10м/с	

Во время занятия и игр учащиеся должны соблюдать дисциплину. Учащиеся должны внимательно слушать и выполнять команды педагога, строго выполнять правила игры в футбол (в т.ч., подвижной игры, спортивной игры), не применять грубых и опасных приемов, вести корректную игру. Начинать игру, делать остановки в игре, заканчивать игру только по команде педагога.

По окончании занятий учащиеся должны снять спортивную одежду и обувь, принять душ или вымыть лицо и руки с мылом. Педагог и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

Материально-техническое обеспечение:

1. Занятия будут проводиться в спортивном зале, на открытой спортивной площадке и на стадионе
2. Скакалка.
3. Баскетбольные мячи.
4. Футбольные мячи.
5. Маты.
6. Стойки для обводки.
7. Фишки.
8. Манишки.
9. Гантели 2 х 3 и более.
10. Спортивная форма: майка, трусы, гетры, манишки 2 –х цветов
11. Видеоматериалы, макет-схема

VI. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ / КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы подведения итогов: контрольные и товарищеские игры, соревнования и первенства района и города, спортивные турниры, контрольные тесты и нормативы (мониторинг двигательной подготовленности).

На протяжении всех годов обучения осуществляется постоянный контроль за уровнем физической, спортивно-технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности учащихся. Контроль за уровнем физической подготовленности осуществляется в процессе проведения педагогического тестирования, которое предусматривает оценку стартовой и дистанционной скорости, прыгучести и выносливости.

Основными критериями оценки учащихся является регулярность посещения занятий, выполнение нормативов по общей и специальной физической подготовленности (при их проведении), освоение объемов тренировочных нагрузок в соответствии с программными требованиями, освоение теоретического раздела программы, отсутствие медицинских противопоказаний для занятий.

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольные упражнения	Возраст, лет																														
	8			9			10			11			12			13			14			15			16			17			
	Уровни (низкий – н, средний – с, высокий – в)																														
	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	
Бег 30 м с высокого старта, с	6,4	6,6	6,8	6,2	6,4	6,6	6,0	6,2	6,4	5,8	6,0	6,2	5,6	5,8	6,0	5,4	5,6	5,8	5,2	5,4	5,6	5,2	4,9	5,1	5,3	4,8	5,0	5,2	4,7	4,9	5,1
Бег 300 м, сек	66,0	68,0	70,0	64,0	66,0	68,0	62,0	64,0	66,0																						
Бег 400 м, сек										87,0	89,0	91,0	84,0	86,0	88,0	77,0	79,0	81,0	73,0	75,0	77,0	70,0	72,0	74,0	67,0	69,0	71,0	65,0	67,0	69,0	
Челночный бег (3x10) м, сек	9,5	9,7	10,0	9,3	9,5	9,7	9,0	9,2	9,4	8,8	9,0	9,2	8,6	8,8	9,0	8,5	8,7	8,9	8,3	8,5	8,7	8,0	8,2	8,4	7,6	7,8	8,0	7,4	7,6	7,8	7,8
Прыжок в длину с места, см	150	145	140	160	155	150	170	165	160	175	170	165	185	180	175	190	185	180	195	190	185	200	195	190	205	200	195	210	205	200	200

Примерные нормативные требования по специальной подготовке

Контрольные упражнения	Возраст, лет																													
	8			9			10			11			12			13			14			15			16			17		
	Уровни (низкий – н, средний – с, высокий – в)																													
	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н	в	с	н			
Жонглирование мяча ногами(поочередно),кол.раз	6	5	4	8	7	6	12	10	8	16	14	12	20	18	16	26	24	22	30	28	26	36	34	32	40	38	36	50	48	46
Жонглирование мяча головой, кол.раз	6	5	4	8	7	6	10	9	8	14	12	10	18	16	14	20	18	16	22	20	18	26	24	22	30	28	26	40	36	34
Бег 30 м с ведением мяча, сек	-	-	-	6,9	7,1	7,3	6,5	6,7	6,9	6,3	6,5	6,7	6,2	6,4	6,6	6,0	6,2	6,4	5,8	6,0	6,2	5,5	5,7	5,9	5,1	5,3	5,5	4,8	5,0	5,2
Удар по мячу ногой на точность, (кол-во попаданий)	-	-	-	3	2	1	3	2	1	4	3	2	4	3	2	5	4	3	5	4	3	6	5	4	6	5	4	7	6	5
Вбрасывание мяча руками на дальность, м	5	4	3	6	5	4	8	7	6	10	9	8	12	11	10	13	12	11	15	14	13	17	16	15	19	18	17	21	20	19

Диагностическая карта

№	Фамилия имя ребенка	Возраст	Прыжок в длину с места, см / уровень (низкий, средний, высокий)	Бег 30 метров, с / (уровень (низкий, средний, высокий)	Челночный бег (3x10м), с / уровень (низкий, средний, высокий)	Бег 30 метров с ведением мяча, сек / уровень (низкий, средний, высокий)	Жонглирование (кол. раз) / уровень (низкий, средний, высокий)	Бег 300 м, с / уровень (низкий, средний, высокий)	Уровень (низкий, средний, высокий)
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

VII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Малькольм Кук «101 упражнение для юных футболистов» - Москва, 2003 г.- 128 с.
2. Б. Аркадьев «Тренерское наследие» - Москва, 1990 г.- 335 с.
3. А. Заваров «Футбол. Уроки профессионала для начинающих» - СПб, 2010 г.- 208 с.
4. Ю. С. Лукашин «Я учусь играть в футбол» - Москва, 2004 г.- 352 с.
5. В. Радионов «Футбол. Правила соревнований» - Москва, 2000 г.- 72 с.
6. Майкл Мукиан, Дин Дьюрст «Все о тренировке юного футболиста» - Москва, 2008 г.- 235 с.
7. Г. А. Васильков, В. Г. Васильков «От игры-к спорту» - Москва, 1985 г.- 80 с.