

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение города
Бузулука «Средняя общеобразовательная школа № 12»

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета
МОАУ «СОШ № 12»
Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОАУ «СОШ № 12»
_____ И.Н. Немцова

Приказ № 330 от 29.08.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
(творческое объединение «Футбол»)**

Возраст учащихся: 11-13 лет

Срок реализации 1 год

Количество часов: 34

Автор-составитель:

Рыбкова Валентина Станиславовна,
педагог дополнительного образования

г. Бузулук, 2024 г.

Содержание

		Стр.
I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.	Пояснительная записка	3
	1.1. Направленность программы	3
	1.2. Уровень освоения программы	4
	1.3. Актуальность программы	4
	1.4. Педагогическая целесообразность	5
	1.5. Отличительные особенности программы	5
	1.6. Адресат программы	5
	1.7. Объем и сроки освоения программы	5
	1.8. Формы организации образовательного процесса	6
	1.9. Режим занятий	6
2.	Цель и задачи программы	6
3.	Содержание программы	7
	3.1. Учебный план	7
	3.2. Содержание учебного плана	8
4.	Планируемые результаты	10
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	12
1.	Календарный учебный график	12
2.	Условия реализации программы	15
3.	Формы аттестации/контроля	15
4.	Оценочные материалы	16
5.	Методические материалы	17
6.	Рабочая программа воспитания	18
7.	Список литературы	21
	Приложение 1. Рекомендации по определению уровня технической подготовленности	23
	Приложение 2. Средства развития основных физических качеств футболиста	25

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка

1.1 Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» направлена на укрепление здоровья, ведение здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

Одно из главных мест в системе физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол. Футбол одна из старейших и самых популярных спортивных командных игр в мире. Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию и оказывает на организм всестороннее влияние.

Данный вид спорта формирует слагаемые физической культуры: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, двигательные способности, знания и навыки в области физической культуры. Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно сказывается на состоянии здоровья подрастающего поколения.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Программа разработана с учетом следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму

работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

– Паспорта федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

– Устава Муниципального общеобразовательного автономного учреждения города Бузулука «Средняя общеобразовательная школа №12» (утв. Приказом Управления образования администрации города Бузулука от 15.05.2020 г. №01-12/175);

– Положения об организации дополнительного образования Муниципального общеобразовательного автономного учреждения города Бузулука «Средняя общеобразовательная школа № 12» (утв. Приказом директора МОАУ «СОШ №12» И.Н. Немцовой № 264 от 30.08.2023 г.)

1.2 Уровень освоения программы.

Программа предполагает освоение материала на стартовом уровне.

Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы. Занятия футболом являются общедоступным видом спорта, раскрывающим себя для занимающихся в разнообразии дисциплин, то есть видов спортивных упражнений: бега на выносливость и скоростного бега, прыжков, бросков.

Реализация программы на стартовом уровне направлена на формирование и развитие мотивации к занятиям футболом, удовлетворение потребностей в интеллектуальном, нравственном совершенствовании, мотивации личности к познанию, труду.

1.3 Актуальность программы.

Внимание к развитию спорта среди детей и привлечение их к здоровому образу жизни уделяется в Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, в иных документах Правительства Российской Федерации, Министерства просвещения, Министерства спорта. В настоящее время футбол - самый популярный и массовый вид спорта в мире. Занятия футболом способствуют положительному оздоровительному эффекту, высокой работоспособности, развитию волевых качеств личности. В результате занятий футболом укрепляется опорно-двигательный аппарат, мышцы, улучшается работа кровеносной и дыхательной систем. Развивается ловкость, координация, быстрота реакции, игровое мышление, повышаются скоростно-силовые характеристики и выносливость, укрепляются морально-волевые качества игрока.

Развитие воспитания в системе образования согласно Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года предполагает использование разнообразных форм включения детей в интеллектуально-познавательную, творческую, трудовую, общественно-эстетическую, физкультурно-спортивную, игровую деятельность, в том числе на основе использования потенциала системы дополнительного образования детей и других организаций сферы физической культуры и спорта, культуры.

1.4. Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

1.5 Отличительные особенности программы.

При разработке программы проанализированы следующие программы: «Футбол» (Концевенко О.В., г. Санкт-Петербург, 2021 г.), «Футбол» (Алферьев Д.А., г. Мытищи, 2023 г.), «Футбол» (Чобанян М.И., г. Санкт-Петербург, 2023 г.).

Особенностью программы является формирование знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, достижение более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщение к регулярным тренировкам. Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки.

1.6 Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной общеобразовательной общеразвивающей программы, 11-13 лет. Программа разработана с учетом возрастных и психологических особенностей детей данного возраста: у детей 11-13 лет определяющую роль играет общение со сверстниками, ведущими видами деятельности являются учебная, общественно-организационная, спортивная, творческая, трудовая. Набор учащихся свободный, на бесплатной основе принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

1.7 Объем и сроки освоения программы

Программы рассчитана на 1 год обучения - 34 часа.

1.8 Формы организации образовательного процесса

Форма организации образовательного процесса – очная. Формой организации деятельности учащихся на занятии является групповая, фронтальная, формы проведения занятия – тренировочное занятие, игровое занятие, контрольное занятие, беседа, медицинский контроль, восстановительные мероприятия.

1.9 Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование и развитие физических способностей и навыков, моральных и волевых качеств учащихся среднего школьного возраста через обучение технике и тактике игры в футбол.

Задачи:

Воспитательные:

- воспитать нравственные и волевые качества;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям;
- приобщить учащихся к занятиям футболом и участию в соревнованиях;
- выявить одаренных детей в области спорта.

Развивающие

- развить основные физические качества: силу, быстроту, выносливость, координацию и гибкость;
- повысить техническую и тактическую подготовленность в данном виде спорта;
- расширить функциональные возможности организма.

Образовательные

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

3. Содержание программы

3.1 Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		всего	теория	практика	
Раздел 1. Теория спорта. Передвижения и остановки (3 ч)					
1.	Вводное занятие. История футбола	1	1	-	Беседа
2.	Элементы техники передвижения. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	2	1	1	Практические задания
Раздел 2. Удары по мячу. Остановка мяча (6 ч.)					
3.	Удары по мячу	3	1	2	Практические задания
4.	Техники остановки мяча	3	1	2	Практические задания
Раздел 3. Ведение мяча (6 ч)					
5.	Ведение мяча без сопротивления защитника	2	1	1	Учебная игра.
6.	Ведение мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника	2	1	1	Учебная игра.
7.	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	2	1	1	Учебная игра.
Раздел 4. Отбор мяча (6 ч)					
8.	Выбивание мяча ударом ногой	2	1	1	Практические задания
9.	Отбор мяча перехватом и в подкате	2	1	1	Практические задания
10.	Отбор мяча толчком плеча в плечо	2	1	1	Практические задания
Раздел 5. Вбрасывание мяча. Игра вратаря (6 ч)					
11.	Вбрасывание мяча	2	1	1	Практические задания
12.	Основные техники игры вратаря	2	1	1	Практические задания
13.	Отбивание мяча	2	1	1	Практические задания
Раздел 6. Тактика игры (5 ч)					

14.	Тактика свободного нападения.	2	1	1	Практические задания
15.	Позиционные нападения.	2	1	1	Практические задания
16.	Двусторонняя учебная игра	1	-	1	Учебная игра
Раздел 7. Подвижные игры и эстафеты (2 ч.)					
17.	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	1	-	1	Учебная игра
18.	Итоговое занятие	1	-	1	Учебная игра
	ИТОГО:	34	15	19	

3.2. Содержание учебного плана

Раздел 1. Теория спорта. Передвижения и остановки (3 ч)

Тема 1. Вводное занятие. История футбола

Теория. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Входной контроль.

Тема 2. Элементы техники передвижения. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений

Теория. Передвижение боком, спиной вперед, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений: бег, остановки, повороты, рывки

Практика. Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка комбинаций из освоенных элементов техники передвижения.

Раздел 2. Удары по мячу. Остановка мяча (6 ч.)

Тема 3. Удары по мячу

Теория. Удары по мячу. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары по летящему мячу серединой подъема. Удары по летящему мячу серединой лба. Удары по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель.

Практика. Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка ударов.

Тема 4. Техники остановки мяча

Теория. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.

Практика. Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка техник остановки мяча.

Раздел 3. Ведение мяча (6 ч)

Тема 5. Ведение мяча без сопротивления защитника

Теория. Ведение мяча и обводка. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой.

Практика. Отработка техники ведения мяча без сопротивления защитника.

Тема 6. Ведение мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника

Теория. Ведение мяча и обводка. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой.

Практика. Отработка техники ведения мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника.

Тема 7. Обводка с помощью обманных движений (финтов)

Теория. Изучение техники обводки с помощью обманных движений.

Практика. Отработка техники обводки с помощью обманных движений (финтов)

Раздел 4. Отбор мяча (6 ч)

Тема 8. Выбивание мяча ударом ногой

Теория. Изучение техники выбивания мяча ударом ногой.

Практика. Разучивание упражнений. Отработка техники выбивания мяча ударом ногой.

Тема 9. Отбор мяча перехватом и в подкате

Теория. Изучение техники отбора мяча перехватом и в подкате.

Практика. Отработка техники отбора мяча перехватом и в подкате.

Тема 10. Отбор мяча толчком плеча в плечо

Теория. Изучение техники отбора мяча толчком плеча в плечо.

Практика. Отработка техники отбора мяча толчком плеча в плечо.

Раздел 5. Вбрасывание мяча. Игра вратаря (6 ч)

Тема 11. Вбрасывание мяча

Теория. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.

Практика. Отработка техники вбрасывания мяча

Тема 12. Основные техники игры вратаря.

Теория. Изучение основных техник игры вратаря: ловля катящегося мяча; ловля мяча, летящего навстречу; ловля мяча сверху в прыжке.

Практика. Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов.

Тема 13. Отбивание мяча

Теория. Изучение техники отбивания мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полета).

Практика. Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов.

Раздел 6. Тактика игры (6 ч)

Тема 14. Тактика свободного нападения.

Теория. Изучение тактики нападения в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.

Практика. Отработка тактических действий.

Тема 15. Позиционные нападения

Теория. Изучение индивидуальных, групповых и командных тактических действий в нападении и защите.

Практика. Отработка тактических действий

Тема 16. Двусторонняя учебная игра.

Практика. Отработка изученных технических и тактических действий

Раздел 7. Подвижные игры и эстафеты (2 ч.)

Тема 17. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий

Практика. Отработка технических приемов и тактических действий в играх и эстафетах.

Тема 18. Итоговое занятие

Практика. Командная игра.

4. Планируемые результаты

При освоении программы отслеживаются три вида результатов: личностный, метапредметный и предметный, что позволяет определить динамическую картину развития учащихся

Личностные:

- сформированы нравственные и волевые качества;
- сформирована привычка к самостоятельным занятиям;
- учащиеся приобщены к занятиям футболом, участию в соревнованиях;
- выявлены одаренные дети в области спорта.

Метапредметные:

- развиты основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, координация и гибкость;
- повышена техническая и тактическая подготовленность в данном виде спорта;
- расширены функциональные возможности организма.

Предметные:

- знают технику и тактику футбола;
- умеют правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- имеют необходимые дополнительные знания в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (футбол).

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

1. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма проведения	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Раздел 1. Теория спорта. Передвижения и остановки (3 ч)								
1	Сентябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Вводное занятие. История футбола	Спортивный зал.	Беседа
2	Сентябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Элементы техники передвижения. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	Спортивный зал.	Практические задания
3	Сентябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Элементы техники передвижения. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	Спортивный зал.	Практические задания
Раздел 2. Удары по мячу. Остановка мяча (6 ч.)								
4	Сентябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Удары по мячу	Спортивный зал	Практические задания
5	Октябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Удары по мячу	Спортивный зал	Практические задания
6	Октябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Удары по мячу	Спортивный зал	Практические задания
7	Октябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Техники остановки мяча	Спортивный зал	Практические задания
8	Октябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Техники остановки мяча	Спортивный зал	Практические задания

9	Ноябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Техники остановки мяча	Спортивный зал	Практические задания
Раздел 3. Ведение мяча (6 ч)								
10	Ноябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Ведение мяча без сопротивления защитника	Спортивный зал	Учебная игра
11	Ноябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Ведение мяча без сопротивления защитника	Спортивный зал	Учебная игра
12	Ноябрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Ведение мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника	Спортивный зал	Учебная игра
13	Декабрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Ведение мяча с пассивным и активным сопротивлением защитника	Спортивный зал	Учебная игра
14	Декабрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	Спортивный зал	Учебная игра
15	Декабрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	Спортивный зал	Учебная игра
Раздел 4. Отбор мяча (6 ч)								
16	Декабрь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Выбивание мяча ударом ногой	Спортивный зал	Практические задания
17	Январь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Выбивание мяча ударом ногой	Спортивный зал	Практические задания
18	Январь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Отбор мяча перехватом и в подкате	Спортивный зал	Практические задания
19	Январь	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Отбор мяча перехватом и в подкате	Спортивный зал	Практические задания
20	Февраль	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Отбор мяча толчком плеча в плечо	Спортивный зал	Практические задания

		анию						
21	Февраль	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Отбор мяча толчком плеча в плечо	Спортивный зал	Практические задания
Раздел 5. Вбрасывание мяча. Игра вратаря (6 ч)								
22	Февраль	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Вбрасывание мяча	Спортивный зал	Практические задания
23	Февраль	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Вбрасывание мяча	Спортивный зал	Практические задания
24	Март	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Основные техники игры вратаря	Спортивный зал.	Практические задания
25	Март	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Основные техники игры вратаря	Спортивный зал.	Практические задания
26	Март	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Отбивание мяча	Спортивный зал.	Практические задания
27	Март	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Отбивание мяча	Спортивный зал.	Практические задания
Раздел 6. Тактика игры (5 ч)								
28	Апрель	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Тактика свободного нападения.	Спортивный зал.	Практические задания
29	Апрель	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Тактика свободного нападения.	Спортивный зал.	Практические задания
30	Апрель	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Позиционные нападения	Спортивный зал.	Практические задания
31	Апрель	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Позиционные нападения	Спортивный зал.	Практические задания
32	Май	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Двусторонняя учебная игра	Спортивный зал.	Учебная игра
Раздел 7. Подвижные игры и эстафеты (2 ч.)								
33	Май	Согласно расписанию	Согласно расписанию	групповая	1	Игры и эстафеты	Спортивный зал.	Учебная игра

		но распис анию	расписан ию			эстафеты на закрепление и совершенствов ание технических приемов и тактических действий	вный зал.	игра
34	Май	Соглас но распис анию	Согласно расписан ию	групповая	1	Итоговое занятие	Спорти вный зал.	Учебная игра

2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

- наличие футбольного поля и спортивного зала
- стойки для обводки мячей
- стойки для подвески мячей
- переносные мишени
- переносные ворота
- маты гимнастические
- скакалки
- мячи набивные

Информационное обеспечение

Компьютерные и информационно-коммуникативные средства: мультимедийные (цифровые) инструменты и образовательные ресурсы, обучающие программы по предмету.

Кадровое обеспечение.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, прошедшим профессиональную переподготовку по программе «Педагог дополнительного образования в области физической культуры и спорта».

3. Формы аттестации/контроля

Реализация программы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» предполагает входной контроль, текущий контроль, промежуточный контроль и итоговую аттестацию.

Для выявления индивидуальных особенностей развития детей в начале обучения проводится входной контроль. Цель – определение сильных и слабых сторон развития ребенка, факторов риска для разработки индивидуальной траектории развития и определения комплекса мер коррекции.

Текущий контроль - проводится в течение года, возможен на каждом занятии. Текущий контроль проверки общей физической подготовки

происходит по протоколам пробегов. Текущий контроль включает в себя контрольные задания по видам:

- бег 30 м с низкого старта;
- бег 500 м с высокого старта;
- прыжок с места;
- тройной прыжок с места;
- метание набивного мяча (2кг).

В конце учебного года проводится итоговая аттестация, которая позволяет объективно оценить динамику развития всех школьно-значимых функций, достижений каждого ребенка в конце учебного года.

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Входной контроль		
В начале учебного года	Определение уровня развития детей, их физических способностей.	Анкетирование, педагогическое наблюдение
Текущий контроль		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения	Практические задания, комплекс упражнений, учебная игра
Промежуточный контроль		
По завершению полугодия	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения	Упражнение, педагогическое наблюдение, практическое задание, комплекс упражнений, дидактическая игра, тестирование, опрос
Итоговая аттестация		
В конце обучения	Определение изменения уровня развития детей, их физических способностей. Определение результатов обучения.	Практические задания

4. Оценочные материалы

Контроль развития практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам данной образовательной программы в течение года основывается на объективных и количественных критериях.

Уровень подготовленности учащихся выражается в количественно-качественных показателях физической подготовленности (Приложение 1)

Критерии оценки результативности определяются по трем уровням результативности: высокий, средний, низкий и не должны противоречить

следующим показателям:

- высокий уровень – успешное освоение учащимся более 70% содержания программы;
- средний уровень – успешное освоение учащимися от 50% до 70% содержания программы;
- низкий уровень – освоение учащимися менее 50% содержания программы.

5. Методические материалы

При реализации программы используются следующие методы отслеживания результативности:

- словесные: беседа; анализ тренировочной и соревновательной деятельности; самоанализ; разбор игры (игровых эпизодов);
- наглядные: показ иллюстраций, видеоматериалов, наглядный показ;
- практические: соревновательный метод; метод тренировочной нагрузки (интервальный, равномерный, переменный); игровой метод; метод круговой тренировки.

При выполнении упражнений с мячами используются следующие методы:

- Повторный - заключается в многократном выполнении упражнений при сохранении содержания, величины, характера нагрузки (например, выполнение бросков мяча с одного и того же места определенным способом).
- Интервальный - предполагает многократное повторение упражнения при строгой регламентации его продолжительности и пауз отдыха между повторениями.
- Вариативный - предполагает выполнение одного и того же упражнения с мячами разного веса и в разных условиях (облегченных, нормальных и усложненных).
- Метод сопряженных взаимодействий - основан на взаимосвязи развития физических качеств и совершенствования двигательных навыков. Для этого используются специальные упражнения (в частности, с набивными мячами), направленные на развитие необходимых двигательных качеств при условии их динамического соответствия биомеханическим особенностям разучиваемых на занятии двигательных действий (элементов и частей техники конкретного двигательного действия).
- Игровой - характеризуется постоянным или внезапным изменением игровых ситуаций при наличии определенного сюжета и конечной цели. Он может использоваться для избирательного воздействия на отдельные физические способности занимающихся и комплексного совершенствования их двигательной активности.
- Соревновательный - это специально организованные состязания с использованием мячей (малых, больших, набивных), в которых создаются условия для индивидуальной и командной борьбы. Этот метод может

применяться при воспитании физических качеств, совершенствовании технических приемов, для стимулирования интереса и активизации занимающихся. При использовании этого метода у занимающихся происходят самые высокие сдвиги в деятельности систем и функций организма.

– Метод круговой тренировки - предусматривает выполнение серии упражнений (например, с набивными мячами) на специально подготовленных местах («станциях»).

Состав упражнений подбирается с расчетом разностороннего воздействия на различные мышечные группы и физические способности занимающихся.

Методические материалы для использования на занятиях:

– Бочаров, Д. Футбольные звезды: биографии и достижения. – М.: Эксмо, 2016 г.

– Григорьев, А. Тактика и стратегия современного футбола. – Ростов н/Д: Феникс, 2020 г.

– Иванова, Т. Женский футбол: путь к равенству. – М.: Аспект Пресс, 2017 г.

– Каспер, Э. Футбол как культура: социологический подход. – СПб.: Наука, 2018 г.

– Котлер, Ф. Экономика футбольной индустрии. – М.: Урожай, 2015 г.

– Левин, С. История футбольных чемпионатов: от истоков до современности. – Казань: Издательство КФУ, 2019 г.

– Мартин, П. Психология игры: футбол и ее влияние на общество. – М.: Олма, 2017 г.

– Петров, М. Мировые футбольные лиги: структура и влияние. – Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2020 г.

6. Рабочая программа воспитания

1. Пояснительная записка

В соответствии со Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года образовательная деятельность предусматривает обновление воспитательного процесса с учетом современных достижений науки и на основе отечественных традиций.

Воспитание детей рассматривается как стратегический общенациональный приоритет, требующий консолидации усилий различных институтов гражданского общества и ведомств на федеральном, региональном и муниципальном уровнях.

С 1 сентября 2020 года вступил в силу Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания учащихся».

Президент Российской Федерации В.В. Путин отметил, что смысл предлагаемых поправок в том, чтобы «укрепить, акцентировать

воспитательную составляющую отечественной образовательной системы». Он подчеркнул, что система образования не только учит, но и воспитывает, формирует личность, передает ценности и традиции, на которых основано общество.

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации учащихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у учащихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде». (Статья 2, пункт 2, ФЗ № 304).

Адресат программы

Рабочая программа воспитания предназначена для учащихся, а также родителей (законных представителей) творческого объединения «Футбол».

Данная программа воспитания рассчитана на один учебный год.

2. Характеристика творческого объединения

Деятельность объединения «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность. Количество учащихся объединения составляет 1 группу, всего 20 человек.

Формы работы с учащимися и их родителями (законными представителями) – индивидуальные и групповые.

3. Цель, задачи и результат воспитательной работы

в соответствии с Рабочей программой воспитания школы по ФОП)

Цель воспитания:

- развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства;

- формирование у учащихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания:

- усвоение учащимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);

- формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);

- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям

социокультурного опыта поведения, общения, межличностных социальных отношений, применения полученных знаний;

– достижение личностных результатов освоения общеобразовательных программ в соответствии с ФГОС (НОО, ООО).

4. Работа с коллективом учащихся

Работа с коллективом учащихся творческого объединения нацелена на:

– формирование практических умений по организации органов самоуправления, освоению технологии социального и творческого проектирования;

– обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;

– развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала учащихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;

– содействие формированию активной гражданской позиции;

– воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

5. Работа с родителями

Работа с родителями учащихся творческого объединения включает в себя:

– организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);

– содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения (организация и проведение открытых занятий в течение учебного года);

– оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

6. Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год

№п/п	Ориентировочная дата проведения	Мероприятие (форма, наименование)
сентябрь		
1	сентябрь	Беседа с использованием видеопрезентации на тему: «День окончания Второй мировой войны» (3 сентября)
октябрь		
2	октябрь	Познавательная программа «Праздник белых журавлей» (праздник поэзии в память о павших на полях сражений во всех войнах) + Мастер-класс «Журавли из бумаги» (22 октября)
ноябрь		
3	ноябрь	Беседа «Когда мы едины, мы непобедимы», посвященная Дню народного единства (4 ноября)
декабрь		

4	декабрь	Познавательное мероприятие «Никто не забыт, ничто не забыто», посвященное Дню неизвестного солдата (3 декабря)
январь		
5	январь	Урок добра «Делать добро спешим»
февраль		
6	февраль	Познавательное мероприятие «День Защитника Отечества - история праздника» (23 февраля)
март		
7	март	Урок мужества «Мы вместе!» к Дню воссоединения Крыма и России (18 марта)
апрель		
8	апрель	Познавательное мероприятие «Первый в космосе» (12 апреля)
май		
9	май	Всероссийская патриотическая акция «Георгиевская ленточка»

7. Список литературы

1. Амплеева, В. В. Комплексная оценка физической подготовленности юных футболистов за трехлетний период тренировочных занятий / В. В. Амплеева, О. А. Калимуллина, С. И. Зизикова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 11(201). – С. 6-10.

2. Аршинник, С. П. К вопросу об учете спортивных интересов школьников средних классов / С. П. Аршинник, В. А. Мартынова, В. И. Тхорев // Наука и спорт: современные тенденции. – 2018. – Т. 20, № 3(20). – С. 83-87.

3. Барков, А. Р. Эффективные подходы к физической подготовке обучающихся среднего школьного возраста в дополнительном образовании / А. Р. Барков, А. А. Красильников // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения : Сборник статей по материалам I международной (XIV с международным участием) научно-практической конференции, Москва, 19 апреля 2024 года. – Москва: Медиагруппа «ХАСК», 2024. – С. 24-27.

4. Врублевский, Е. П. Модели тактики игры в футболе / Е. П. Врублевский. – М. - Спорт, 2020. -168 с.

5. Гол! Большая энциклопедия российского футбола. - М. –Эксмо, 2017. - 312 с.

6. Евсеев, А. В. Педагогический контроль в мини-футболе / А. В. Евсеев // Пособие, 2-е издание, исправленное и дополненное. – Екатеринбург, 2005. - 52 с.

7. Клайн Гиффорд. Все о футболе / Клайн Гиффорд. – М. - АСТ, 2006. – 64 с.

8. Коростик, М. В. Проблемы развития двигательных способностей у обучающихся средней школы / М. В. Коростик // Шаг в науку : сборник статей по материалам VII научно-практической конференции молодых

ученых (V всероссийской), Москва, 15 декабря 2023 года. – Москва: Медиагруппа «ХАСК», 2024. – С. 398-401.

9. Нестеровский, Д. И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования / Нестеровский Д. И., Железняк Ю. Д., Иванов В. А., Голенко А. В., Левин В. С. /9-е изд., стереотипное. М.; Издательский центр «Академия», 2014. - 464 с.

10. Никитин, В. С. Методика обучения игре в футбол учащихся общеобразовательной школы / В. С. Никитин // Вестник научного общества студентов, аспирантов и молодых ученых. – 2022. – № 2. – С. 70-77.

11. Озолин, Н. Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. - М.: Физкультура и спорт, 2018. - 479 с.

12. Рэднедж Кир. Большая энциклопедия футбола / Рэднедж Кир. - М.: АСТ, 2020. – 224 с.

13. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор: теория и практика / Сергиенко Л. П. - М.; «Советский спорт», 2013.

14. Физическая подготовленность детей 10-11 лет при отборе в спортивные школы по футболу / С. В. Аверьянов, О. В. Кайгородцева, Ю. В. Ермолов, Т. А. Линдт // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2024. – № 8. – С. 58-64.

Адреса порталов и сайтов в помощь педагогу:

1. Газета «Здоровье детей» Издательского дома «Первое сентября» <http://zdd.1september.ru/>.

2. Газета «Спорт в школе» Издательского дома «Первое сентября» <http://spo.1september.ru/>

3. Онлайн-справочник <http://www.fizkult-ura.ru> ФизкультУРА: сайт о различных видах спорта, статьи о методике, здоровье, видеоматериалы.

4. Педагогическая библиотека www.pedlib.ru

5. Педагогическая газета (молодой ресурс) www.pedgazeta.ru

6. Российский футбольный союз <https://rfs.ru/>

7. Уникальный образовательный портал в помощь учителю www.zavuch.info

8. Учительский портал www.uchportal.ru

9. Футбольные видео уроки <https://www.dokaball.com/video-uroki/847-futbolnye-videuroki>

Приложение 1

Рекомендации по определению уровня технической подготовленности

Примерная система оценки уровня физической подготовленности учащихся 11-13

лет

	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Общая физическая подготовленность								
Скоростные	Бег 30 м, с	11	6,3 6,0	6,1—5,5	5,0 4,9	6,4 6,3	6,3—5,7	5,1 5,0
		12	5,9	5,8—5,4	4,8	6,2	6,2—5,5	5,0
		13	5,8	5,6—5,2	4,7	6,1	6,0—5,4	4,9
Координационные	Челночный бег 3 × 10 м, с	11	9,7 9,3	9,3—8,8	8,5 8,3	10,1 10,0	9,7—9,3	8,9 8,8
		12	9,3	9,0—8,6	8,3	10,0	9,6—9,1	8,7
		13	9,0	9,0—8,6	8,0	9,9	9,5—9,0	8,6
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, м	11	140 145	160—180	195 200	130 135	150—175	185 190
		12	150	165—180	205	140	155—175	200
		13	160	170—190	210	145	160—180	200
Выносливость	Шестиминутный бег, м	11	900	1000—1100	1300	700	850—1000	1100
		12	950	1100—1200	1350	750	900—1050	1150
		13	1000	1150—1250	1400	800	950—1100	1200
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	11	2	6—8	10	4	8—10	15
		12	2	6—8	10	5	9—11	16
		13	2	5—7	9	6	10—12	18 20
Силовые	Сгибание и разгибание рук: на высокой перекладине из виса (мальчики), количество раз; на низкой перекладине из виса лежа (девочки), количество раз	11	1	4—5	6 7	4 4	10—14	19 20
		12	1	4—6	8	5	11—15	19
		13	1	5—6			12—15	

Специальная физическая и техническая подготовленность								
	Бег 30 м с ведением мяча	11	7,6	7,4	7,2			
		12	7,4	7,2	7,0			
		13	7,2	7,0	6,8			
	Бег 5 × 30 м, с ведением мяча, с	11	40,0	38,0	36,0			
		12	38,0	36,0	34,0			
		13	36,0	34,0	32,0			
	Жонглировани е мячом ногами Количество раз	11	3	5	7			
		12	5	7	9			
		13	7	9	11			

Приложение 2

Средства развития основных физических качеств футболиста

1. Средства для развития быстроты.

Упражнения для развития стартовой скорости: по сигналу рывки на 5-10 м из различных исходных положений: стоя, лицом и т.д. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры.

Упражнения для развития дистанционной скорости: бег змейкой между стойками, бег прыжками, эстафетный бег, обводка препятствий (на скорость), переменный бег на дистанцию 50-100м (15-20 мин с максимальной скоростью, 10-15 м медленно и т.д.).

Упражнения для развития скорости: бег с быстрым изменением способа передвижения, с изменением направления (до 180°), бег с изменением скорости, «челночный бег»: 2x10, 4x5, 4x10, 2x15 и т.п., выполнение элементов техники в быстром темпе, бег с «тенью».

Для вратарей: рывки из ворот (на 5-15 м) на перехват или отбивание высоко летящего мяча, на прострел мяча, рывки на 2-3 м из различных положений с последующей ловлей или отбиванием мяча, ловля теннисного мяча.

2. Средства для развития скоростно-силовых качеств.

Приседание с отягощением (гантели, набивными мячами, штанга для подростков весом 40-70% веса спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением.

Прыжки на одной ноге, затем с отягощением. Спрыгивание (40-80 см) с последующим прыжком вверх. Эстафеты с элементами бега, прыжков, переноса тяжестей. Вбрасывание набивного мяча на дальность, удары на дальность. Толчки плечом партнера, борьба за мяч.

Для вратарей: отталкивание от стены ладонями, пальцами, сгибание рук в лучезапястных суставах, с гантелями с кистевыми амортизаторами, сжимание теннисного мяча, ловля и броски набивного мяча (бросаемого одним или двумя партнерами с разных сторон), из упора лежа хлопки ладонями, прыжки в сторону с толканием двумя ногами, приставными шагами и с отягощением.

3. Средства для развития специальной выносливости.

Переменный бег, кроссы с изменением скорости. Многократно повторяемые технико-тактические упражнения (повторные рывки с мячом с обводкой стоек, ударом по воротам).

Игровые упражнения с мячом большой интенсивностью, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью.

Для вратарей: ловля мяча с падением при выполнении ударов по воротам с минимальным интервалом 3-5 игроками.

4. Средства для развития для развития ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, доставая высоко повешенный мяч головой, руками, ногой, тоже самое с поворотом на 90-180°.

Прыжки вверх с поворотом с имитацией удара головой, ногами. Кувырок вперед и назад, в сторону через плечо.

Жонглирование мячом, чередуя удары бедром, стопой, головой.

Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями.

Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко повешенный мяч руками, кулаком, тоже с поворотом на 180°. Упражнения со скакалкой. «Колесо» с места, с разбега. Кувырок назад в стойку. Переворот вперед с разбега.