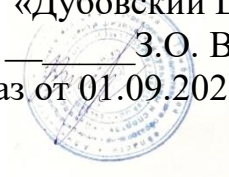


**Отдел образования администрации
Петровского района Тамбовской области
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Дубовский детский центр физической культуры и спорта»**

Рассмотрена и рекомендована к
утверждению на заседании
педагогического совета
Протокол от 28.08. 2025 № 1

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО
«Дубовский ЦФКиС»
_____/З.О. Власова
Приказ от 01.09.2025 № 34.1



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Футбол»
(базовый)**

Возраст учащихся 10-15 лет
Срок реализации – 1 год

Составитель:
Ефимов Александр Викторович –
тренер-преподаватель

с. Дубовое, 2025

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дубовский детский центр физической культуры и спорта»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол»
3. Сведения об авторах:	
3.1. Ф.И.О., должность	Ефимов А.В. – тренер-преподаватель
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р); Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196); Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.); Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
4.2. Область применения	дополнительное образование
4.3. Направленность	Физкультурно-спортивная
4.4. Уровень освоения программы	ознакомительный
4.5. Вид программы	Базовый
4.6. Возраст учащихся по программе	10 – 15 лет
4.7. Продолжительность обучения	1 год

Блок 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность и способствует всестороннему физическому развитию, укреплению здоровья детей.

Уровень освоения: базовый.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Педагогическая целесообразность.

За последние десятилетия в России отмечается стойкая тенденция к ухудшению показателей здоровья детей как школьного, так и дошкольного возраста в соответствии с нормативным правовым актом, программам по футболу, разработанным на основе федерального стандарта (утверждён приказом Министерства спорта РФ от 19 января 2019 г. № 34.) Оздоровление воспитанников путём повышения психической и физической подготовки школьников к постоянно меняющимся условиям современной деятельности.

В процессе обучения ребенок воспринимает информацию основную и дополнительную решает определенные задачи, контролирует качества исполнения, вносит коррективы.

Особая роль педагога состоит в правильном выборе методов и приемов обучения, которые должны соответствовать предыдущему опыту воспитанника, его знаниям и умениям.

Отличительная особенность

Отличительные особенности данного вида спорта по обеспечению развития здоровья и совершенствование личностных качеств. Занятия можно проводить на стадионе, в спортзале и имеет:

Оздоровительное значение (различные упражнения с мячом разносторонне влияют на организм человека, на опорно-двигательный аппарат и функциональные возможности.

Воспитательное значение прививать жизненно важные гигиенические навыки содействовать развитию познавательных интересов творческой активности занятия спортом.

Прикладное значение (игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания)

Образовательное значение (в процессе занятий футболом

обучающийся приобретает полезные знания и навыки о режиме дня, питании, планировании тренировки и т.д., формируется правильная осанка, навыки здорового образа жизни, изучает комплексы физических упражнений и технику игры в футбол.

Адресат программы:

Программа адресована детям 10-15 лет.

Условия набора в учебные группы

В секцию по футболу зачисляются школьники, начиная с 10 лет, проявившие желание заниматься этим видом спорта, допущенные врачом. Для занятия учащихся объединяют в группы с учетом возраста и уровня их физической и технической подготовки. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Состав группы разновозрастной, в группы принимаются по желанию все учащиеся, прошедшие медицинскую комиссию. Приём и обучение осуществляется по заявлению, а также при наличии медицинской справки соответствующей формы, при отсутствии противопоказаний для занятий футболом.

Количество учащихся

Наполняемость группы: 15 человек.

Объём и срок освоения программы

Программа «Футбол» рассчитана на 1 год обучения (216 ч.).

1 год обучения – 216 часов.

Режим занятий.

Программа для тренировочной группы обучения рассчитана на 216 часов. Недельный часовый объём учебно-тренировочной работы составляет 6 часов.

(1 час занятий равен 45 минутам с перерывом 10 минут)

Календарный учебный график

Количество учебных недель – 36.

Начало занятий групп первого года обучения – с 1 сентября, окончание занятий – 31 мая.

Продолжительность каникул – с 1 июня по 31 августа.

Особенности организации образовательного процесса

Отбор производится из желания детей. После прохождения цикла педагог может дополнить программу исходя из своего опыта, специализации и интересов детей. Время, отведенное на обучение, составляет 216 часов в год, 6 часов в неделю, причём практические занятия составляют большую часть программы.

Формы проведения занятий

Спортивные занятия, тестирование, спортивные праздники, соревнования, просмотр спортивных фильмов, восстановительные мероприятия.

Формы организации деятельности учащихся.

1. групповые занятия
2. работа по подгруппам
3. индивидуальные занятия (с наиболее одарёнными детьми, а также занятия с целью ликвидации отставания в освоении программы)

Цель программы - обеспечить всестороннюю физическую подготовку ребёнка через занятия футболом.

Задачи:

Обучающие:

формирование представления о футболе, его возникновении, развитии и правилах соревнований;

приобретение теоретических знаний в области футбола и практических навыков;

обучение основам техники футбола;

формирование знаний о закалывающих процедурах и укреплении здоровья;

формирование знаний о технике безопасности при занятиях футболом.

Развивающие:

развитие мотивации и положительного отношения ребёнка к занятиям по футболу;

развитие всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;

развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладания;

развитие лидерских качеств, инициативы и социальной активности;

развитие морально-волевых качеств;

способствование укреплению здоровья, закаливанию организма и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

Воспитательные:

воспитание трудолюбия, сознательной дисциплины, внимания, настойчивости и волевых качеств;

воспитание сознательного интереса к занятиям по футболу;

воспитание стремления к здоровому образу жизни;

воспитание духовно-нравственных качеств поведения в коллективе.

Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе		Формы контроля
			Теория	Практика	
	Раздел № 1 Введение	7			
1.1	Краткие исторические сведения о возникновении футбола		1		Текущий
1.2	Футбол в России		1		Текущий
1.3	Правила поведения и техника безопасности на занятиях по футболу.		1		Текущий
1.4	Гигиена, закаливание, режим дня.		1		Текущий
1.5	Врачебный контроль и самоконтроль.		1		Текущий
1.6	Краткая характеристика техники игры в футбол.		1		Текущий,
1.7	Соревнования по футболу		1		Контрольный
2	Раздел №2 Общефизическая подготовка	44			
2.1	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	15	1	14	Текущий, корректировка техники
2.2	Спортивные и подвижные игры	15	1	14	Текущий, корректировка техники
2.3	Эстафеты и прыжковые упражнения	7	1	6	Текущий, корректировка техники
2.4	Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости	7	1	6	Текущий, корректировка техники
3	Раздел №3 Специальная физическая подготовка	65			

3.1	Упражнения, направленные на развитие силы			15	Текущий, корректировка техники
3.2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц			14	Текущий, корректировка техники
3.3	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости			16	Текущий, корректировка техники
3.4	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)			15	Текущий, корректировка техники
3.5	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.			15	Текущий, корректировка техники
4	Раздел №4 Техническая подготовка	70			
4.1	Ведение мяча.			30	Текущий, корректировка техники
4.2	Передача мяча левой и правой ногой.			20	Текущий, корректировка техники
4.3	Передача мяча головой.			5	Текущий, корректировка техники
4.4	Обманные движения			5	Текущий, корректировка техники
4.5	Передача и отбор мяча различными способами			5	Текущий, корректировка техники
4.6	Техника игры вратаря			5	Текущий, корректировка техники
5	Раздел №5 Тактическая подготовка футболиста	16			
5.1	Тактика нападения		1	7	Текущий, корректировка

					техники
5.2	Тактика защиты		1	7	Текущий, корректировка техники
6	Раздел №6 Правила игры в футбол	5			
6.1	Правила соревнований		1	2	Текущий корректировка техники
6.2	Судейская практика		1	1	Текущий, корректировка техники
7	Раздел №7 Контрольные упражнения и соревнования	10			
7.1	Упражнения для оценки разносторонней физической подготовки			4	Контрольный
7.2	Участие в 3,5 соревнованиях по футболу			5	Контрольный
7.3	Медицинское обследование			1	Тесты, зачеты
	Итого:	216	15	201	

Содержание учебного плана

Раздел 1 «Введение»

Тема: «Введение в образовательную программу»

Теория: Цель и задачи коллектива. Формы предстоящей работы. Знакомство с режимом работы детского объединения. Представления о футболе. Специфика работы. Ознакомление с основными разделами и темами программы.

Тема 1.1 Краткие исторические сведения о возникновении футбола

Теория: Краткие исторические сведения о возникновении футбола.

Тема 1.2 Футбол в России и мире.

Теория: Порядок и содержание работы секции. Эволюция футбола и футбольной атрибутики. Первые соревнования футбола в России и за рубежом. Популярность футбола в России.

Тема 1.3 Правила поведения и техника безопасности на занятиях по футболу.

Теория: Ознакомление с правилами поведения и техники безопасности на занятиях по футболу. Поведение на улице во время движения к месту занятия и на учебно-тренировочном занятии.

Тема 1.4 Гигиена закаливания, режим дня.

Теория: Знакомство с гигиеной закаливания, режимом дня. Личная гигиена спортсмена. Гигиенические требования к одежде и обуви футболистов. Значение и способы закаливания. Составление рационального режима дня с учетом тренировочных занятий.

Тема 1.5 Врачебный контроль и самоконтроль.

Теория: Врачебный контроль и самоконтроль. Значение медицинского осмотра. Краткие сведения о воздействии физических упражнений на мышечную, дыхательную и сердечно-сосудистую системы организма спортсмена. Значение и организация самоконтроля на тренировочном занятии и дома. Объективные и субъективные критерии самоконтроля, подсчет пульса.

Тема 1.6 Краткая характеристика техники игры в футбол.

Теория: Изучение краткой характеристики ударов по мячу. Стойка вратаря, финты, передача и отбор мяча.

Тема 1.7 Соревнования по футболу.

Теория. Знакомство с правилами соревнований по футболу. Значение правильной техники для достижения высоких спортивных результатов.

Раздел 2 Общая физическая подготовка.

Тема 2.1 Комплексы общеразвивающих упражнений направленных на развитие гибкости, силовой выносливости.

Теория. Основы изучения техники передвижения.

Практика. Комплексы общеразвивающих упражнений, упражнения с отягощением, упражнения с амортизаторами, имитационные упражнения

Тема 2.2 Спортивные и подвижные игры

Теория. Правила игры, спортивные и подвижные игры.

Практика. Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие скоростно-силовых способностей и быстроты

Тема 2.3 Эстафеты и прыжковые упражнения.

Теория. Техника передачи эстафетной палочки

Практика. Эстафеты и прыжковые упражнения, направленные на развитие скоростно-силовых способностей и быстроты

Тема 2.4 Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.

Теория. Влияние циклических упражнений на подготовку лыжника, гонщика

Практика. Передвижение на лыжах по равнине и пересечённой местности, имитационные упражнения, кроссовая подготовка. Ходьба преимущественно направленная на увеличение аэробной производительности организма и развитие волевых качеств, специфических для лыжника, гонщика. Комплексы специальных упражнений на лыжах и лыжах роллерах для развития силовой выносливости мышц ног и плечевого пояса.

Раздел № 3 Специальная физическая подготовка.

Тема 3.1 Упражнения, направленные на развитие силы

Практика. Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2—4 кг, мешочки с песком 3—5 кг, с последующим быстрым выпрямлением.

Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением. Броски мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность.

Тема 3.2 Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц.

Практика. Повторное пробегание коротких отрезков (10—30 м) из различных исходных положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа, находясь в положении широкого выпада, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте и в разных направлениях). Бег с изменением направления (до 180°). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением.

Тема 3.3 Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости

Практика. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); то же, выполняя в прыжке поворот на 90—180°. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте.

Тема 3.4 Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой).

Практика. Переменный и повторный бег с мячом. Двусторонние игры. Двусторонние игры (команды играют в уменьшенном по численности составе). Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т. п.) большой интенсивности. Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 3-10 мин., например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Тема 3.5 Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.

Практика. Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Ациклический бег (с повторным скачком на одной ноге). Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега.

Раздел №4 Техническая подготовка

Тема 4.1 Ведение мяча.

Практика. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника) Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника Ведение мяча с активным сопротивлением защитника

Тема 4.2 Передача мяча левой и правой ногой.

Практика. Передачи мяча в движении. Удар одной ногой. Техника приема мяча в движении. Развитие точности удара.

Тема 4.3 Передача мяча головой.

Практика. Приемы мяча головой: лобной, височной, затылочной частями.

Тема 4.4 Обманные движения

Практика. Финты: ложные замахи, уход в сторону, проброс мяча в одну сторону с обеганием соперника с другой стороны, ложная остановка, увод игрока за собой. Откидки и переводы мяча: ногами, грудью, головой.

Тема 4.5 Передача и отбор мяча различными способами.

Практика. Передачи мяча в движении. Передачи мяча в тройках со сменой позиции. Передачи мяча в парах с последующим ударом по воротам. Отбор мяча перехватом и подкатом. Отбор мяча толчком

Тема 4.6 Техника игры вратаря

Практика. Ловля катящегося мяча Ловля мяча, летящего навстречу Ловля мяча сверху в прыжке Отбивание мяча кулаком в прыжке Ловля мяча в падении (без фазы полёта).

Раздел №5 Тактическая подготовка футболиста

Тема 5.1 Тактика нападения

Теория. Тактические действия полевых игроков. Обучение занимающихся правильному расположению на футбольном поле и умению выполнять основные тактические действия в нападении и защите. Практика. Передача мяча открывшемуся партнеру; выбор места для получения мяча; взаимодействие с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками; выбор места вблизи ворот противника, не нарушая правила «вне игры» для завершения атаки ударом по воротам. Простейшие комбинации (по одной) при начале игры, при подаче углового, при вбрасывании мяча из-за боковой линии, при свободном и штрафном ударах.

Тема 5.2 Тактика защиты

Теория. Тактические действия полевых игроков. Обучение занимающихся правильному расположению на футбольном поле и умению выполнять основные тактические действия в нападении и защите.

Практика. Зонный метод обороны. Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом, выбиванием, толчком плеча.

Раздел №6 Правила игры в футбол

Тема 6.1 Правила соревнований.

Теория. Обучения правилам игры в футбол. Изучение изменения последних правил в футболе.

Практика. Применение правил при игре в футбол

Тема 6.2 Судейская практика.

Теория. Изучение жестов судьи. Правильный показ рук при выходе мяча в аут, при забитии гола, угловом ударе, начале игры и т.д.

Практика. Судейство товарищеских матчей с использованием простейших правил. Судейская практика на школьных и районных соревнованиях и внутри секционных.

Раздел №7 Контрольные упражнения и соревнования

Тема 7.1 Упражнения для оценки разносторонней физической

подготовки.

Практика. Выполнение заданий мониторинга, общей и специальной физической подготовки и контрольных тестов

Тема 7.2 Участие в 3,5 соревнованиях по футболу.

Практика. Участвуя в футбольных соревнованиях.

Тема 7.3 Медицинское обследование.

Практика. Минимум 2 раза в год проходить расширенное медицинское обследование.

Предполагаемые результаты

После прохождения программы первого года обучения учащиеся должны

знать и иметь представление:

об особенностях зарождения, истории футбола;
о физических качествах и правилах их тестирования;
основы личной гигиены, причины травматизма при занятии футболом и правила его предупреждения;

уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;

организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

должны уметь:

выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;

владеть тактико – техническими приемами футбола;

знать основы судейства.

По итогам обучения у учащихся сформируются **учебные универсальные действия:** личностные, метапредметные, предметные.

Личностные результаты:

формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

формирование уважительного отношения к культуре других народов;

развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

Метапредметные результаты:

овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной

деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

Предметные результаты:

формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Блок 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

Этапы	Количество занятий в неделю	Длительность занятий	Всего часов в неделю	Всего часов в год
1 год	3	2 часа (перерыв 10 минут)	6 часов	216

Начало занятий групп первого года обучения – с 1 сентября, окончание занятий – 31 мая. Продолжительность каникул– с 1 июня по 31 августа.

Условия реализации программы Перечень материально-технического обеспечения

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Спортивный зал	1
2.	Комната для хранения инвентаря	1
3.	Мячи	15
4.	Скакалки	15
5.	Гантели	15
6.	Гимнастические маты	15

(в расчёте на 15 учащихся)

Санитарно-гигиенические требования

Необходимо наличие просторного и хорошо проветриваемого спортивного зала, тренажёрного зала. Занятия должны проводиться в просторном помещении, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться.

Формы аттестации

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие **формы отслеживания результативности** данной образовательной программы:

- педагогические наблюдения;
- использование методов специальной диагностики, тестирования;
- беседы с детьми и их родителями;
- открытые занятия;

соревнования;
мероприятия с участием родителей.

Формы контроля и подведения итогов реализации программы.

Оценка качества реализации программы включает в себя вводный, и итоговый контроль учащихся.

Вводный контроль: определение исходного уровня знаний и умений учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года обучения.

Итоговый контроль: осуществляется в конце курса освоения программы и направлен на определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических ЗУН, сформированности личностных качеств.

По уровню освоения программного материала результаты достижений условно подразделяются на высокий, средний и низкий.

Уровень усвоения программы оценивается как высокий, если обучаемые полностью овладели теоретическими знаниями, правильно их используют на практике (сумма баллов по каждой диагностической карте более 50).

Уровень усвоения программы оценивается как средний, если обучаемые овладели не всей полнотой теоретических знаний и практических умений (сумма баллов по каждой диагностической карте от 35 до 50).

Уровень усвоения программы оценивается как низкий, если учащиеся овладели лишь частью теоретических знаний и практических навыков (сумма баллов по каждой диагностической карте ниже 35).

Для каждого учащегося важно продемонстрировать свои спортивные достижения, получить одобрение и справедливую оценку своих стараний от педагога, родителей и сверстников. Помимо диагностики, подведение итогов происходит на заключительном соревновании учебной группы в присутствии родителей обучающихся. Критериями освоения программы служат знания, умения и навыки учащихся, позволяющие им участвовать в массовых мероприятиях данной направленности.

Технологии, формы и методы обучения.

В образовательном процессе используются технологии: информационно-коммуникативного обучения, проблемного обучения, развивающего обучения, дифференцированного обучения, игровые технологии, обучение в сотрудничестве, технология портфолио, здоровьесберегающие технологии.

Формы занятий, методы и приемы обучения и воспитания используются с учетом возрастных особенностей.

Программа предполагает использование различных форм занятий и методов обучения (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный).

Методическое обеспечение программы

№ п\п	Разделы	Материально техническое оснащение	Формы и методы обучения	Формы подведения итогов	Формы занятий
1.	Введение	Ноутбук	Рассказ, объяснение нового материала; наглядные: показ слайдов; демонстрация иллюстративного материала; практические: апробирование новых правил: игры на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.	Начальная диагностика, анкетирование	Теоретическое занятие
2.	Общефизическая подготовка	Мячи набивные Эстафетные палочки		Спортивные конкурсы, спортивные соревнования и мероприятия; открытые занятия, внеклассные и районные мероприятия	Практические занятия
3.	Специальная физическая подготовка	Скакалки Гантели Гимнастические маты Мячи набивные			Практические занятия
4.	Техническая подготовка	Мячи Фишки			Практические занятия
5.	Тактическая подготовка	Мячи Фишки			Практические занятия
6.	Правила соревнований	Ноутбук Книги			Теоретическое занятие Практические занятия
7.	Контрольные упражнения и соревнования	Мячи набивные Эстафетные палочки Фишки Мячи футбольные			Практические занятия

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

для педагога:

- 1.«Искусство подготовки высококлассных футболистов» Н.Люкшинов Изд.: Советский спорт , 2006
2. «Настольная книга учителя физической культуры» Г.И.Погадаев ФиС,2000
3. «Общая педагогика физической культуры и спорта » -М.:ИД «Форум» ,2007
4. «Разминка футболиста»В.Варюшин ,М.,РГАФК, 2000
5. «Теория и методика физической культуры Спб .издательство «Лань»,2003»
- 7.«Уроки спорта. Футбол» М. Дезор , АСТ «Астрель», 2004
8. «Физическая культура »Н.В.Решетников Ю.Л.Кислицын ,Р.Л.Палтикевич, Г.И.Погадаев ИЦ «Академия»,2008
9. «Футбол: обучение базовой технике» ,Ж.-Л. Чесно , Ж .Дюрэ ,М.,ТВТ Дивизион» , 2006

для обучающихся:

1. Банников С.Е., Минязев Р.И., Босоногов А.Г., Стаин Н.А. Футбол: Учебно-методическое пособие. – Екатеринбург, 2006.
2. « Футбол. Настольная книга детского тренера.1-2 этап (8-12 лет)
А.Кузнецов М. «Олимпия»/ «Человек », 2010
- 3.«Футбол: обучение базовой технике» ,Ж.-Л. Чесно , Ж .Дюрэ ,М.,ТВТ Дивизион» , 2006
4. «101 упражнение для юных футболистов. Возраст 7-11 лет», М.Кук,М., АСТ /Астрель» 2003

Календарно-учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Количе ство часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	02.09	2	Краткие исторические сведения о возникновении футбола. Футбол в России	Стадион	Предварительный контроль
2	Сентябрь	04.09	2	Правила поведения и техника безопасности на занятиях по футболу. Гигиена, закаливание, режим дня.	Стадион	Предварительный контроль
3	Сентябрь	07.09	2	Врачебный контроль и самоконтроль. Краткая характеристика техники игры в футбол.	Стадион	Предварительный контроль
4	Сентябрь	09.09	2	Соревнования по футболу. Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	Стадион	Предварительный контроль
5	Сентябрь	11.09	2	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	Стадион	Предварительный контроль
6	Сентябрь	14.09	2	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	Стадион	Текущий контроль
7	Сентябрь	15.09	2	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой	Стадион	Текущий контроль

				выносливости		
8	Сентябрь	18.09	2	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	Стадион	Текущий контроль
9	Сентябрь	21.09	2	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	Стадион	Текущий контроль
10	Сентябрь	23.09	2	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	Стадион	Текущий контроль
11	Сентябрь	25.09	2	Комплексы общеразвивающих упражнений, направленных на развитие гибкости, силовой выносливости	Стадион	Текущий контроль
12	Сентябрь	28.09	2	Спортивные и подвижные игры	Стадион	Текущий контроль
13	Сентябрь	30.09	2	Спортивные и подвижные игры	Стадион	Текущий контроль
14	Октябрь	02.10	2	Спортивные и подвижные игры	Спортивный зал	Текущий контроль
15	Октябрь	05.10	2	Спортивные и подвижные игры	Спортивный зал	Текущий контроль
16	Октябрь	07.10	2	Спортивные и подвижные игры	Спортивный зал	Текущий контроль
17	Октябрь	09.10	2	Спортивные и подвижные игры	Спортивный зал	Текущий контроль

18	Октябрь	12.10	2	Спортивные и подвижные игры	Спортивный зал	Текущий контроль
19	Октябрь	14.10	2	Спортивные и подвижные игры. Эстафеты и прыжковые упражнения	Спортивный зал	Текущий контроль
20	Октябрь	16.10	2	Эстафеты и прыжковые упражнения	Спортивный зал	Текущий контроль
21	Октябрь	19.10	2	Эстафеты и прыжковые упражнения	Спортивный зал	Текущий контроль
22	Октябрь	21.10	2	Эстафеты и прыжковые упражнения	Спортивный зал	Текущий контроль
23	Октябрь	23.10	2	Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости	Спортивный зал	Текущий контроль
24	Октябрь	26.10	2	Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости	Спортивный зал	Текущий контроль
25	Октябрь	28.10		Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости	Спортивный зал	Текущий контроль
26	Октябрь	30.10	2	Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости. Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль
27	Ноябрь	02.11	2	Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль
28	Ноябрь	06.11	2	Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль
29	Ноябрь	09.11	2	Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль
30	Ноябрь	11.11	2	Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль

31	Ноябрь	13.11	2	Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль
32	Ноябрь	16.11	2	Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль
33	Ноябрь	18.11	2	Упражнения, направленные на развитие силы	Спортивный зал	Текущий контроль
34	Ноябрь	20.11	2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц	Спортивный зал	Текущий контроль
35	Ноябрь	23.11	2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц	Спортивный зал	Текущий контроль
36	Ноябрь	25.11	2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц	Спортивный зал	Текущий контроль
37	Ноябрь	27.11	2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц	Спортивный зал	Текущий контроль
38	Ноябрь	30.11	2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц	Спортивный зал	Текущий контроль
39	Декабрь	02.12	2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц	Спортивный зал	Текущий контроль
40	Декабрь	04.12	2	Упражнения, направленные на развитие быстроты сокращения мышц	Спортивный зал	Текущий контроль

41	Декабрь	07.12	2	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль
42	Декабрь	09.12	2	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль
43	Декабрь	11.12	2	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль
44	Декабрь	14.12	2	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль
45	Декабрь	16.12	2	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль
46	Декабрь	18.12	2	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль
47	Декабрь	21.12	2	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости	Спортивный зал	Текущий контроль
48	Декабрь	23.12	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль
49	Декабрь	25.12	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль
50	Декабрь	28.12	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль

51	Декабрь	30.12	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль
52	Январь	11.01	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль
53	Январь	13.01	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль
54	Январь	15.01	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль
55	Январь	18.01	2	Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	Спортивный зал	Текущий контроль
56	Январь	20.01	2	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
57	Январь	22.01	2	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
58	Январь	25.01	2	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
59	Январь	27.01	2	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль

60	Январь	29.01	2	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
61	Февраль	01.02	2	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
62	Февраль	03.02	2	Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
63	Февраль	05.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
64	Февраль	08.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
65	Февраль	10.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
66	Февраль	12.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
67	Февраль	15.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
68	Февраль	17.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
69	Февраль	19.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
70	Февраль	22.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
71	Февраль	24.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
72	Февраль	26.02	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
73	Март	01.03	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
74	Март	03.03	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль

75	Март	05.03	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
76	Март	10.03	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
77	Март	12.03	2	Ведение мяча.	Спортивный зал	Текущий контроль
78	Март	15.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
79	Март	17.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
80	Март	19.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
81	Март	22.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
82	Март	24.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
83	Март	26.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
84	Март	29.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
85	Март	31.03	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
86	Апрель	02.04	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
87	Апрель	05.04	2	Передача мяча левой и правой ногой.	Спортивный зал	Текущий контроль
88	Апрель	07.04	2	Передача мяча головой.	Спортивный зал	Текущий контроль
89	Апрель	09.04	2	Передача мяча головой.	Спортивный зал	Текущий контроль

90	Апрель	12.04	2	Передача мяча головой. Обманные движения	Стадион	Итоговый контроль
91	Апрель	14.04	2	Обманные движения	Стадион	Текущий контроль
92	Апрель	16.04	2	Обманные движения	Стадион	Текущий контроль
93	Апрель	19.04	2	Передача и отбор мяча различными способами	Стадион	Итоговый контроль
94	Апрель	21.04	2	Передача и отбор мяча различными способами	Стадион	Текущий контроль
95	Апрель	23.04	2	Передача и отбор мяча различными способами Техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
96	Апрель	26.04	2	Техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
97	Апрель	28.04	2	Техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
98	Апрель	30.04	2	Тактика нападения	Стадион	Текущий контроль
99	Май	03.05	2	Тактика нападения	Стадион	Текущий контроль
100	Май	05.05	2	Тактика нападения	Стадион	Текущий контроль
101	Май	07.05	2	Тактика нападения Тактика защиты	Стадион	Итоговый контроль
102	Май	12.05	2	Тактика защиты	Стадион	Текущий контроль
103	Май	14.05	2	Тактика защиты	Стадион	Текущий контроль
104	Май	17.05	2	Тактика защиты	Стадион	Текущий контроль
105	Май	19.05	2	Правила соревнований	Стадион	Текущий контроль

106	Май	21.05	2	Правила соревнований Судейская практика	Стадион	Итоговый контроль
107	Май	24.05	2	Упражнения для оценки разносторонней физической подготовки	Стадион	Текущий контроль
108	Май	26.05	2	Упражнения для оценки разносторонней физической подготовки	Стадион	Текущий контроль
109	Май	28.05	2	Соревнования по футболу	Стадион	Текущий контроль
110	Май	31.05	2	Соревнования по футболу Медицинское обследование	Стадион	Итоговый котнроль