

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Калининградской области**

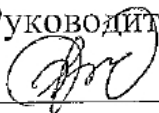
**Управление образования администрации муниципального образования**

**"Зеленоградский муниципальный округ Калининградской области"**

**МАОУ ООШ п. Грачевка**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель ШМО



Злаказова С.В.

Протокол № 1 от «30»  
августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам.директора по УВР



Полинук М.Г.

Протокол № 1 от «30»  
августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор



Коневаленко М. Н.

Приказ № 71/1 от «30»  
августа 2023 г.

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

Возраст обучающихся: 10-15 лет  
Срок реализации программы: 9 месяцев  
Год реализации 2023-2024

**Автор-составитель:**  
Черниенко Наталья Георгиевна,  
учитель физической культуры

п. Грачевка

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Женский футбол в Российской Федерации существует не первый год, но только в последние 2 года ему стало уделяться пристальное внимание. Как раз наша программа адаптирована для девочек. Особое внимание уделяется правильности выполнения упражнений, а также формирование интереса к футболу девочками.

### **Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Ведущая идея программы – обучение футболу и воспитание гармоничной, всесторонне развитой личности, ведущей здоровый образ жизни. Коллегиальный характер спортивной деятельности воспитывает чувство дружбы, братства, взаимовыручки, развивает такие моральные качества, как чувство ответственности, уважение к товарищам по команде и соперникам, приучает к дисциплине.

Футбол широко используется в различных звеньях системы физического воспитания. Важна роль занятий футболом и в оздоровительном плане. Это отличный способ закаливания организма; кроме того, посредством занятий в спортивно-оздоровительных группах снижается напряжение, эмоциональная и психическая усталость. Игра в футбол позволяет достигать высокой степени физической подготовленности, развивать силу, быстроту, выносливость, ловкость и многие другие двигательные способности. В программе отражены задачи для спортивно-оздоровительной группы, содержание учебного материала по теоретической, физической, технической и тактической подготовке, распределение объемов нагрузки, воспитательная работа и медико-биологический контроль.

### **Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

Футбол (от английского «foot»- нога и «ball» - «мяч») – это игра двух команд на специальном поле, цель которой – забить как можно больше мячей ногами или любой другой частью тела (кроме рук) в ворота соперника.

ЗОЖ — образ жизни человека, направленный на сохранение здоровья, профилактику болезней и укрепление человеческого организма в целом.

Команда — группа лиц, объединённая общими мотивами, интересами, идеалами, действующая сообща. Участники команды объединены поддержкой друг друга и несут коллективную ответственность за результат деятельности всей команды.

Физкультурно-спортивная направленность – формирование основ здорового образа жизни, укрепление здоровья, физическое и психическое развитие, эмоциональное благополучие каждого ребенка.

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» является программой физкультурно-спортивной направленности.

### **Уровень освоения программы**

Уровень освоения программы – базовый.

### **Актуальность программы**

Актуальность данной программы в том, что она способствует формированию жизненных ценностей, удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта футбол в нашей стране.

Футбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Бескомпромиссное и честное единоборство, высокое исполнительское мастерство, физическое совершенство вызывают не только глубокое удовлетворение, наслаждение,

радость у миллионов болельщиков, но также заинтересованное отношение, которое приводит их на футбольные поля, спортивные площадки и в залы.

Уникальность данной программы в том, что она опирается на понимание приоритетности развития интеллекта спортсмена, воспитание его морально-волевых и нравственных качеств перед работой, направленной на освоение предметного содержания.

### **Педагогическая целесообразность**

Программа обеспечивает последовательность и непрерывность процесса становления спортивного мастерства детей, преемственность в решении задач укрепления здоровья, гармоничного развития всех органов и систем организма, всесторонней общей и специальной подготовки обучающихся, овладения техникой и тактикой избранного вида спорта, развития физических качеств, воспитания навыков соревновательной деятельности, трудолюбия, нравственных качеств, способствует развитию личности, профессиональной ориентации. Обучение игре в футбол является хорошей основой для физической культуры и проводится с целью укрепления здоровья и достижения всестороннего физического развития занимающихся, овладения элементами игры в футбол и выполнения на этой основе контрольных нормативов по физической подготовке; приобретения инструкторских навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой. Регулярные занятия обучающихся – активная форма подготовки к требованиям социально-трудовой жизни современного общества.

**Практическая значимость программы** заключается в приобщении обучающихся к систематическим занятиям физической культурой, формировании внутренних мотивов физического совершенствования, в возможности овладевать «играючи» новыми двигательными умениями и навыками, утверждении паритета между оздоровительно-тренировочной направленностью занятий в секции, и её направленностью на развитие личности обучающегося.

Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья подрастающего поколения.

В результате занятий футболом укрепляется опорно-двигательный аппарат, укрепляются 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.

### **Принципы отбора содержания образовательной программы**

– принцип индивидуального подхода к обучающимся. Этот принцип предусматривает взаимодействие между педагогом и обучающимся. Подбор индивидуальных практических заданий необходимо производить с учетом личностных особенностей каждого обучающегося, его заинтересованности и достигнутого уровня подготовки.

– принцип единства развития, обучения и воспитания;

– принцип систематичности и последовательности. Полученные знания, умения и навыки обучающиеся системно применяют на практике, участвуя в соревнованиях различного уровня. Это позволяет использовать знания и умения в единстве, целостности, реализуя собственный замысел, что способствует самовыражению ребенка, развитию его творческого потенциала.

– принцип цикличности (обучающиеся всех лет обучения осваивают последовательно одни и те же разделы, существует возможность предлагать вновь пришедшим детям задания сначала более простые, соответствующие первому году обучения,

а затем более сложные);

– принцип доступности. Ребёнок имеет доступ к каждому уровню программы в соответствии со своими возможностями.

принцип наглядности. Использование наглядности повышает внимание учащихся, углубляет их интерес к изучаемому материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления.

**Отличительные особенности программы «Футбол»** в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться футболом с

«нуля», а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Отличительная особенность программы и в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям 10-15-летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям указанными видами спорта, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

#### **Цель образовательной программы.**

Цель: формирование разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья.

#### **Задачи программы:**

##### **Образовательные:**

- обучить основным двигательным действиям;
- формировать культуру движений, обогащать двигательный опыт техническими действиями и приемами игры в футбол.
- освоить знания об истории и современном развитии футбола, роли и формировании здорового образа жизни.
- обучить навыкам и умениям игры в футбол.

##### **Развивающие:**

- способствовать сохранению и укреплению здоровья, развитию основных физических качеств и повышению функциональных возможностей организма.
- повышать уровень разностороннего физического развития, закалывание.
- развивать выносливость, формировать правильную осанку, способствовать профилактике плоскостопия.
- соблюдать санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены.

##### **Воспитательные:**

- воспитывать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.
- воспитывать чувство товарищества, взаимопомощи.
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим;
- приобщить к здоровому образу жизни и гармонии тела.

#### **Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 10 - 15 лет.

Набор детей в объединение – свободный

## **Особенности организации образовательного процесса**

Группы формируются из числа учащихся основной школы МАОУ ООШ п.Грачевка. Условия формирования группы: разновозрастные.

В группах собираются дети с разным уровнем развития. Набор в группы осуществляется не на конкурсной основе, главное – желание ребенка заниматься в секции. Наличие базовых знаний и определенной физической и практической подготовки для занятий в секции не обязательно. При наличии достаточного уровня подготовки и соответствующего возраста, подросток может подключиться к занятиям в учебно-тренировочных группах, минуя группы начальной подготовки. Секцию могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача-педиатра или школьной медсестры, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом спорта.

Набор детей в объединение – свободный. Состав групп 20- 25 человек.

**Формы обучения по образовательной программе** (очная, очно-заочная или заочная форме, а также «допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения).

Форма обучения: очная.

Формы проведения занятий: групповые

Занятия по футболу проводятся с сентября по ноябрь на улице, в холодное время в спортивном комплексе.

- Вводное занятие.
- Теоретическое занятие.
- Практическое занятие по закреплению знаний, умений и навыков.
- Занятие-тренировка.
- Занятие в виде соревнований, товарищеских встреч.
- Занятие в виде сдачи контрольных нормативов, контрольного тестирования.
- Комбинированное занятие.
- Итоговое занятие.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий** (общее количество часов в год; количество часов и занятий в неделю; периодичность и продолжительность занятий).

Общее количество часов – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

## **Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок освоения программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 72 часа.

## **Основные методы обучения**

Методы обучения: словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение; наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение; практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Эффективная учебная деятельность учащихся на занятиях, построена на типовых заданиях, способствующих формированию универсальных учебных действий.

Дифференцированные задания - предоставляют возможность учащимся выбрать задание по уровню сложности, ориентируясь на свои личные предпочтения, интересы. Сложность заданий нарастает за счёт требовательности для их выполнения метапредметных умений.

Работа в паре - задания ориентированы на использование групповых форм обучения. Чтобы выполнить это задание, учащиеся должны решить, как будут действовать, распределить между собой кто, какую работу будет выполнять, в какой очередности или последовательности, как будут проверять выполнение работы. Этот вид задания очень важен, так как способствует формированию регулятивных, коммуникативных универсальных действий, обеспечивает возможность каждому ученику высказать своё личное мнение, сопоставить его с мнением других, разобраться, почему я думал так, а товарищ по-другому.

Формы организации учебного занятия – беседа, объяснение, тренировочные упражнения, занятие-игра, турнир, соревнование и др.

Педагогические технологии. Для реализации программы используются такие педагогические технологии как здоровьесберегающая технология, технология игрового обучения, технология обучения в сотрудничестве.

Занятие является главной частью учебного процесса. При разработке занятия педагог изучает учебный план реализуемой образовательной программы, согласовывает определенный раздел и тему раздела с содержанием программы, определяет взаимосвязь содержания предстоящего занятия предыдущими и последующими занятиями.

Дидактический материал формирует умения и навыки, развивает самостоятельную деятельность учащихся, развивает воображение, логическое.

### **Планируемые результаты.**

#### **Личностные:**

- будут воспитаны в общей культуре поведения (основы гигиены, этикет);
- будут воспитаны в общечеловеческие качества (трудолюбие, усердие, целеустремленность);
- будет сформирован устойчивый интерес к данному виду спорта;
- будет сформирована потребность ведения здорового образа жизни.

#### **Метапредметные:**

- будут развиты креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
- будут развиты физические способности (сила, выносливость, гибкость, координация движений);
- будут развиты специальные технические и тактические навыки игры;

#### **Предметные:**

- будут знакомы с историей возникновения и развития футбола;
- будут знакомы с правильной расстановкой игроков на поле;
- будут знакомы с правилами игры;
- будут знакомы с названиями элементов и игроков по их амплуа.

### **Оценочные результаты.**

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: текущий и итоговый контроль.

Текущий контроль –осуществляется на занятиях в течение всего учебного года. По ОФП, СФП, технической и специально-технической подготовке проводятся зачеты 1 раз в неделю.

Контрольные нормативы и соревнования - контрольное тестирование, зачеты физической подготовленности проводятся 1 раз в месяц, соревнования 2 раза в месяц.

Итоговый контроль – проводится в конце сезона (инструкторская практика) итоговое занятие

## Механизм оценивания образовательных результатов.

Формы аттестации – проводятся в форме опроса усвоения теоретических знаний.

В форме зачета по ОФП, СФП технической и специально-технической подготовке 1 раз в неделю.

Это позволяет определять уровень физического развития и роста занимающихся в секции.

### Формы фиксации результатов:

- протокол результатов аттестации обучающихся;
- участие в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

- журнал посещаемости;
- протокол соревнований;
- фото;
- отзыв детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

- соревнования

Контрольные нормативы для полевых игроков и вратарей.

- ОФП:

№ п/п	Контрольные нормативы	Результаты		
		10-11 лет	12-13 лет	14-15 лет
1.	Челночный бег 3х10 мили бег 30 метров с высокого старта (сек)	9,3	9,0	8,8
2.	Метание теннисного мяча в цель с 6 м из трех попыток (количество попаданий)	2	2	3
3.	Кросс без учета времени (м)	500	500	1000
4.	Многоскоки (8 прыжков – шагов ноги на ногу) (м)	12,5	12,5	16
5.	Лазание по канату спомощью ног (м)	2	2	3
6.	Полоса препятствий(количество баллов)	9	9	10
7.	Прыжок в длину с места (см)	145	150	200
8.	Подтягивание: на высокой перекладине из вися, кол-во раз	5	5	8

- по технической подготовке:

№ п/п	Контрольные нормативы	Результаты		
		10-11 лет	12-13 лет	14-15 лет
1.	Удар по мячу на дальность (м)	26	28	30
2.	Комплексное упражнение: ведение 10 м, обводка трех стоек, поставленных на 12-метровом отрезке, с последующим ударом (2,5 х 1,2 м) с расстояния 6 м – из трех попыток (сек).	9,5	8,5	7,5
3.	Бег на 30 м с ведением мяча (сек)	6,5	6,5	6,0
4.	Жонглирование мячом ногами (количество ударов)	8	8	10

При определении критериев оценивания достижений учащихся учитывается система оценивания, которая позволит:

1. отслеживать путь развития ребёнка на протяжении всей его учебной деятельности (познавательной, созидательной);
2. оценивать мотивационную деятельность;
3. предоставить картину роста личностных достижений для родителей обучающегося.

## **Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.**

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Устав МАОУ ООШ п. Грачевка, правила внутреннего распорядка обучающихся МАОУ ООШ п. Грачевка, локальные акты МАОУ ООШ п. Грачевка. Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей обучающихся.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

### **Кадровое обеспечение**

Тренер-преподаватель, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

### **Материально-техническое обеспечение**

№п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
<b>Оборудование и спортивный инвентарь.</b>			
1.	Сетка на ворота	комплект	2
2.	Мяч футбольный	штук	15
<b>Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь.</b>			
3.	Мячи мини-футбольные	комплект	15
4.	Форма футбольная	штук	18
5.	Стойки для обводки	штук	10
6.	Манишки	штук	10



7.	Фишки тренировочные	штук	30
8.	Насос для накачивания мячей	штук	2
9.	Барьер тренировочный	штук	10
10.	Скакалки	штук	10
11.	Сетка для мячей	штук	20

## **Методическое обеспечение**

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

- Теория.
- Практика.
- Контрольные нормативы, соревнования.

## **Средства обучения**

- Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения.
- Подготовительные упражнения.
- Игры.
- Упражнения для обучения технике двигательного действия.

## **Методы овладения спортивной техникой**

- Метод слова – беседы, лекции, объяснения, образные объяснения.
- Метод показа – демонстрация в целом, по деталям, в целом.
- Метод непосредственной помощи тренера-преподавателя – обучение исходным положениям, позам, элементам техники.

## **Оценочные и методические материалы.**

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

### 1. Уровень теоретических знаний.

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

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

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

Специальные знания проверяются систематически при помощи контрольных бесед во время практических тренировочных занятий, для чего выделяется время (5-10 мин).

### 2. Уровень практических навыков и умений.

– Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением.

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

– Высокий уровень. Четко самостоятельно выполняет все технические упражнения.

## **Методическое обеспечение**

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических видов продукции:

- электронные учебники;
- экранные видео лекции, Screencast (экранное видео – записываются скриншоты (статические кадры экрана) в динамике);
- видеоролики;
- информационные материалы на сайте, посвященном данной дополнительной общеобразовательной программе;
- мультимедийные интерактивные домашние работы, выдаваемые обучающимся на каждом занятии.

# СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Содержание программы  
(72 часа, 2 часа в неделю)

## 1. Раздел: Теоретическая подготовка Тема: Вводное занятие

Теория. Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат России. Общее понятие о гигиене. Гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Изучение прав и обязанностей игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Виды, размеры и вес мяча. Инвентарь для учебно-тренировочных занятий.

2. Раздел: *Общая физическая подготовка.* Теория. Понятие о физических упражнениях для укрепления мышц. Практика. Комплекс упражнений по ОФП.

## 3. Раздел: Специальная физическая подготовка.

Теория. Упражнения для развития различных качеств футболиста.

Практика. Комплекс упражнений, направленный на развитие специальных двигательных качеств спортсмена

## 4. Раздел: Техническая подготовка.

4.1. Тема. Понятие о спортивной технике, классификация технических приемов игры в футбол.

Теория. Дать понятие о спортивной технике, классификация технических приемов игры в футбол.

Практика. Выполнение технических приемов игры в футбол. Разновидности перемещений и местонахождение футболиста.

## 4.2. Тема. Удары по мячу ногами.

Практика. Этот комплекс упражнений, который развивает физические данные воспитанников, формирует необходимые технические навыки. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма, по неподвижному и катящемуся мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма.

## 4.3. Тема. Техника игры вратаря.

Практика. Основная стойка вратаря. Передвижения в воротах без мяча скрестным, приставным шагом и скачками. Ловля низких, полуввысоких, высоких мячей. Отбивание, выбрасывание, выбивание мяча, выбор правильной позиции в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара».

## 4.4. Тема. Перемещения игроков.

Практика. Перемещения скрестным и приставным шагом, бег по прямой, дугами, с изменением направления и скорости. Остановки во время бега выпадом и прыжком. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма, удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Остановки мяча подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча -на месте, в движении вперёд и назад, остановка бедром и грудью летящего навстречу мяча. Ведение правой и левой ногой поочередно, по прямой и кругу. Обманные движения: «уход», выпадом. Финт «остановкой» мяча ногами. Обманное движение «ударом» по мячу ногой.

## 5. Раздел: Тактическая подготовка.

**5.1. Тема: Правила игры в футбол. Понятие об индивидуальных действиях и групповых.**

Теория. Дать понятие правилам игры в футбол, понятие об индивидуальных действиях и групповых.

**5.2. Тема: Комплекс упражнений, направленных на**

**обучение и отработку тактико-технических действий при владении мячом.**

Практика. Индивидуальные действия без мяча – выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом – применение различных видов обводки. Групповые действия – комбинация «игра в стенку», выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях. Действия в защите – правильный выбор позиции по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча.

**6. Раздел: Игровая подготовка.**

**Тема: Тактика игры в нападении.**

Практика.

Индивидуальные действия. Оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча. Групповые действия. Взаимодействия с партнёрами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Командные действия. Выполнение основных обязанностей в атаке на своём игровом месте, согласно выбранной игровой схемы и состава команды. Расположение и взаимодействия игроков при атаке флангов и через центр.

**7. Раздел. Игровая подготовка.**

Практика. Соревнования, досуговая деятельность.

Участие в соревнованиях, турнирах, дружеских встречах, различных развлекательных, игровых мероприятиях; экскурсии.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п/п	Наименование раздела, темы				Формы аттестации и контроля
		всего	Теория	Практика	
	<b>Футбол</b>				
1	<b>Теоретическая подготовка</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
1.1.	Вводное занятие. Правила поведения. Техника безопасности. Гигиена, закаливание и режим спортсмена.				опрос
2	<b>Общая физическая подготовка.</b> Комплекс упражнений по ОФП. Понятие о физических упражнениях для укрепления мышц.	<b>3</b>		<b>3</b>	показ и выполнение гимнастических упр., 1 раз в неделю зачет
3	<b>Специальная физическая подготовка</b> Упражнения для развития различных качеств футболиста. Комплекс упражнений направленный на развитие специальных	<b>4</b>		<b>4</b>	показ и выполнение гимнастических упр., 1 раз в

	двигательных качеств спортсмена				неделю зачет
4	<b>Техническая подготовка.</b>	<b>21</b>	<b>1</b>	<b>20</b>	
4.1.	Понятие о спортивной технике, классификация технических приемов игры в футбол.		1	5	Опрос ,показ выполнения упражнений
4.2.	Удары по мячу ногами.			5	показ выполнения упражнений, зачет 1 раз в неделю
4.3.	Техника игры вратаря.			5	показ выполнения упражнений, зачет 1 раз в неделю
4.4.	Перемещения игроков.			5	показ выполнения упражнений, зачет 1 раз в неделю
5	<b>Тактическая подготовка.</b>	<b>22</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	
5.1.	Правила игры в футбол. Понятие об индивидуальных действиях и групповых.		2		опрос
5.2.	Комплекс упражнений, направленных на обучение и отработку тактико-технических действий при владении мячом.			20	показ выполнения упражнений, зачет 1 раз в неделю
6	<b>Игровая подготовка.</b> Тактика игры в нападении. Итоговое занятие. Контрольные игры	<b>20</b>		<b>20</b>	
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>5</b>	<b>67</b>	

## **Календарный учебный график**

1. Начало учебного года: 1 сентября 2023 г.

2. Окончание учебного года: 31 мая 2024 г.

3. Начало и окончание занятий зависит от утвержденного директором школы индивидуального расписания каждого преподавателя.

4. Продолжительность учебного года: количество недель аудиторных занятий — 36.

5. Режим работы школы.

В режиме 5-дневной рабочей недели (в зависимости от индивидуального расписания каждого преподавателя).

6. Регламентирование учебного процесса на учебный год

В течение учебного года предусматриваются каникулы в сроки, установленные для общеобразовательных школ при реализации основных образовательных программ начального общего и основного общего образования в соответствии с законодательством об образовании.

7. Продолжительность уроков

Продолжительность 1 урока – 45 минут. Предусматривается перерыв между уроками – 10 минут.

## **Рабочая программа воспитания содержит:**

– цель и особенности организуемого воспитательного процесса;

– формы и содержание деятельности (конкретное практическое наполнение различных видов и форм деятельности, организационная оболочка деятельности, виды и формы индивидуальной или совместной с детьми деятельности, для достижения цели воспитания (ролевая игра или игра по станциям, беседа или дискуссия, поход выходного дня, трудовой десант и т.п.).

– планируемые результаты и формы их проявления;

– календарный план воспитательной работы, разрабатываемый в соответствии с рабочей программой воспитания и конкретизирующий ее применительно к текущему учебному году перечень конкретных дел, событий, мероприятий воспитательной направленности.

В соответствии с основными принципами государственной политики в сфере образования воспитательная работа осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

*Гражданско-патриотическое* – формирование основ гражданственности (патриотизма) как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей, готовности к активному проявлению профессионально значимых качеств и умений в различных сферах жизни общества.

*Нравственное и духовное воспитание* – обучение обучающихся пониманию смысла человеческого существования, ценности своего существования и ценности существования других людей.

*Воспитание положительного отношения к труду и творчеству* – формирование у обучающихся представлений об уважении к человеку труда, о ценности труда и творчества для личности, общества и государства.

*Интеллектуальное воспитание* – оказание помощи в развитии в себе способности мыслить рационально, эффективно проявлять свои интеллектуальные умения в окружающей жизни.

*Здоровьесберегающее воспитание* – демонстрация значимости физического и

психического здоровья человека; воспитание понимания важности здоровья для будущего самоутверждения; обучение правилам безопасного поведения обучающихся на улице и дорогах.

*Социокультурное и медиакультурное воспитание* – формирование у обучающихся представлений о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», развитие опыта противостояния таким явлениям как «социальная агрессия»,

«межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм» (например, на этнической, религиозной, спортивной, культурной или идейной почве).

*Правовое воспитание и культура безопасности* – формирования у обучающихся правовой культуры, представлений об основных правах и обязанностях, о принципах демократии, об уважении к правам человека и свободе личности, формирование электоральной культуры.

*Воспитание семейных ценностей* – формирование у обучающихся ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

*Формирование коммуникативной культуры* – формирование у обучающихся дополнительных навыков коммуникации, включая межличностную коммуникацию, межкультурную коммуникацию.

*Экологическое воспитание* – воспитание у обучающихся любви к родному краю как к своей малой Родине.

*Художественно-эстетическое воспитание* – обогащение чувственного, эмоционально-ценностного, эстетического опыта обучающихся; развитие художественно-образного мышления, способностей к творчеству.

Имеется ряд причин, обязывающих тренера-преподавателя серьезно и целенаправленно заниматься воспитательной работой. Воспитание является обязанностью человека, избравшего педагогическую профессию-профессию тренера. Тренер полностью в ответе за будущее своих воспитанников. Огромна притягательная сила спорта. Молодые люди способны увлечься этой деятельностью настолько, что она на некоторое время может заслонить от них остальные стороны жизни - учёбу, подготовку к труду, обязанности перед близкими. В этих условиях авторитет тренера необычайно высок и выходит далеко за рамки спортивной деятельности, распространяясь на самый широкий круг вопросов. Спортивная деятельность обладает очень большими воспитательными возможностями. Она моделирует в игровом, а значит, в несколько условном виде самые сложные жизненные ситуации и поэтому содержит в себе в потенциальном виде возможность решения любых воспитательных задач. Как показывает спортивная практика, с первых дней в работе с новичками тренер должен серьёзное внимание уделять вопросам нравственного воспитания.

Сущность и структура воспитательного процесса. Воспитание является процессом целенаправленным, планомерным, систематическим и непрерывно осуществляемым для всестороннего развития личности юных спортсменов. Этот процесс должен строиться на чёткой профессиональной основе.

Компоненты воспитательной работы:

- цель воспитания и конкретные воспитательные задачи, обеспечивающие достижение цели;
- знание и учёт возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;
- владение всеми методами воспитания и широким арсеналом методических приёмов;

- выбор места и средства педагогического воздействия, организационных форм и характера общения.

Задачи и содержание воспитательной работы. Воспитательная работа с юными футболистами подчинена в целом общей конечной цели: воспитанию гармонично развитого человека, активной и сознательной личности, обладающей духовным богатством, моральной чистотой и физическим совершенством.

Достижение любой воспитательной цели, как правило, связано с решением трёх тесно связанных задач:

- формирование нравственного сознания;
- формирование поведения: умений, навыков, привычек нравственного и дисциплинированного поведения, соответствующих черт характера;
- формирование личностных качеств волевых (смелости, настойчивости, решительности), нравственных (честности, доброжелательности, скромности), трудовых (трудолюбия, добросовестности, исполнительности).

Эти задачи коротко могут быть выражены следующим образом: чтобы достичь поставленной воспитательной цели, тренер должен добиться, чтобы воспитанник знал, умел, хотел и мог поступать должным образом.

Основные принципы, характеризующие условия, в которых должен протекать воспитательный процесс:

- связь воспитания с реальной жизнью и трудом;
- воспитание в коллективе;
- единство требований и воспитательных воздействий со стороны всех взрослых, контактирующих с ребёнком;
- сочетание требовательности с уважением к личности воспитанника;
- учёт индивидуальных особенностей каждого;
- систематичность и непрерывность воспитательного процесса;
- единство слова и дела в жизни спортивной группы;
- сплочённость коллектива, его ориентацию на спортивные и нравственные идеалы.

Методы и формы воспитательной работы. Методы воспитания выполняют роль инструментов, с помощью которых решают все возникающие задачи. Сознание юных спортсменов формируется через указание и разъяснение правил поведения на тренировке, во время игры, норм спортивной этики. Большое воспитательное значение имеет личный пример тренера.

Основной в работе тренера является группа методов воспитания, обеспечивающая организацию деятельности юных футболистов, формирования их поведения:

Организация чёткого контроля за выполнением предъявляемых к группе требований дисциплинарного и поведенческого характера.



Организационная четкость учебно-тренировочного занятия, обеспечивающего формирование добросовестности и трудолюбия, и включение футболистов в систему взаимопомощи и взаимной оценки при выполнении учебных заданий.

Общественные поручения. Достаточно важными для группы и освобождающими тренера от рутинных обязанностей могут стать следующие поручения:

- общее руководство группой (капитан команды);
- контроль готовности мест занятий, расстановка и уборка инвентаря;
- проверка личной гигиены и экипировки;
- новости из жизни спорта и футбола в частности;
- разбор нарушений дисциплины, спортивной этики, конфликтов в группе;
- культурно-массовая работа: экскурсии, походы, вечера отдыха, чествование победителей;

- ведение личных карточек с учётом спортивных достижений и результатов.

Формы организации воспитательной работы в центре носят как групповой, так и индивидуальный характер, воспитание, как учебно-тренировочном занятии, так и в моменты досуга и отдыха. Тренер должен побуждать ученика к самоанализу поступков, раскаянию в содеянных безнравственных поступках, стремлению к воспитанию эстетического вкуса, нравственного поведения и здорового образа жизни не только в период активных занятий, а главное по окончании спортивной карьеры. В воспитательной деятельности тренер должен привлекать родителей своих учеников, помогать выработать режим дня ребёнка, здоровое своевременное питание. У родителей и тренеров должно быть единство целей и оценок поступков ребёнка, а главное правильная реакция на оценку этих поступков. Необходим контакт с учебным заведением, где чётко должны понимать важность занятий в центре, радоваться успехам своих учащихся и выступать помощниками в возможности ребёнка и учиться, и полноценно тренироваться, достигая наивысших результатов в избранном виде спорта.

### **Календарный план воспитательной работы**

№ п/п	Название мероприятия, События	Направления воспитательной работы	Форма урока	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности и правила поведения на занятиях	Безопасность и ЗОЖ	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Тематические мероприятия, посвященные Дню солидарности в борьбе с терроризмом	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь
3.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь - май
4.	Беседа о сохранении материальных ценностей и бережном отношении к оборудованию	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
5.	Участие во внутришкольных соревнованиях и викторинах	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Сентябрь-май

6.	Беседа о празднике «День защитника отечества»	Гражданско-патриотическое и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Беседа о празднике «8 Марта»	Гражданско-патриотическое и духовное воспитание, воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Тематические мероприятия, посвященные Дню Победы	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Май
9.	Открытое занятие для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству, интеллектуальное воспитание, формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

## Список литературы

### Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

### Для педагога:

1. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ: Минск, 1992.
2. Программа и методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах. Госкомспорт, Олимпийский Комитет России, РФС М.: 1996.
3. Системы подготовки спортивного резерва / под общ. ред. Никитушкина В.Г. - М.: Квант-С, 1994.

4. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов.-Х.: Основа, 1993.
5. Полишкис М.С., Выжгин В.А. (Ред.) - Футбол. Учебник для институтов физической культуры – 1999
6. Андреев, С.Н. Футбол в школе/ С.Н. Андреев. - М.:1986.
7. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры ( Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986.
8. Коротко И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. - М.: ФиС, 1986
9. Матвеев, Л., Новиков, А. Теория и методика физического воспитания . Учебник для институтов физкультуры/Л. Матвеев, А.Новиков - М.:ФиС, 1986
10. Футбол – твоя игра \ С.Н. Андреев. – М.: Просвещение, 2012;
11. Футбол для всех; ТВТ Дивизион - Москва, 2012. – 889 с. Методика обучения игре в футбол; Человек - Москва, 2009. – 271 с.
12. Беляев А. В., Булыкина Л. В. Футбол: теория и методика тренировки. ТВТ Дивизион - Москва, 2011. - 176 с.
13. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол; Просвещение - Москва, 2012. – 649 с.
14. Кунянский В. А. Футбол. О некоторых аспектах игры и судейства; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. – 476 с.

Для обучающихся и родителей.

1. Твой олимпийский учебник: Учебное пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В. С. Родиченко и др. - М, ФиС 2005.144 с.
2. Клещев Ю.Н. Юный футболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.
3. Фурманов А.Г. Футболист на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт. 1982.

Интернет-ресурсы:

1. <http://pculture.ru/sekcii/football/video-uroki/football-video-urok-komandnaya-igra-football/>
2. <https://vk.com/Football39>