



Департамент образования администрации города Нижнего Новгорода  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр детского творчества Московского района»  
(МБУ ДО «ЦДТ Московского района»)  
Коминтерна ул., д. 20 А, г. Нижний Новгород, 603014  
Тел./ факс (8312) 2 24-27-35, 2 24-02-47 DDT20A@mail.ru

Принята на педагогическом совете  
протокол № 1  
от «31» августа 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ:  
\_\_\_\_\_ М.В. Помелова,  
директор МБУ ДО  
«ЦДТ Московского района»  
« 31 » августа 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«БЫСТРЫЙ МЯЧ» ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ»**

физкультурно-спортивной направленности

для детей с 5 лет  
срок реализации 2 года

Составитель:  
Едемская Наталья Юрьевна  
педагог дополнительного образования  
первой категории

г. Нижний Новгород,  
2022 год.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1.</b>	<b>АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ.....</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....</b>	<b>4</b>
<b>3.</b>	<b>КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2022-2023 уч.год.....</b>	<b>8</b>
<b>4.</b>	<b>УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....</b>	<b>10</b>
<b>5.</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА.....</b>	<b>11</b>
<b>6.</b>	<b>РАБОЧАЯ ПРОГРАММА.....</b>	<b>16</b>
	6.1. учебно-тематический план	
	6.2. формы текущего контроля и аттестации	
	6.3. планируемые результаты, способы фиксации и демонстрации результатов освоения программы учащимися.	
	6.4. условия реализации программы	
<b>7.</b>	<b>ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ.....</b>	<b>19</b>
<b>8.</b>	<b>МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.....</b>	<b>22</b>
<b>9.</b>	<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	<b>28</b>

### **ПРИЛОЖЕНИЕ:**

#### **1. ПЛАН РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ НА 2022-2023 учебный год**

1.1. Календарный план учебных занятий по программе, включая контроль и аттестацию

1.2. План воспитательных мероприятий по программе, не предусмотренных расписанием, включая каникулярный период

## 1. АННОТАЦИЯ К ПРОГРАММЕ

<b>Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Быстрый мяч» -ОЗНАКОМИТЕЛЬНАЯ»
<b>Направленность</b>	Физкультурно-спортивная
<b>Специализация программы</b>	Физическая культура и спорт, обучение командной игре в футбол
<b>Основания для разработки программы</b>	Желание обучающихся получать опыт в спортивной командной деятельности; необходимость приобретения обучающимися данного опыта в специально организованных условиях образовательного пространства; социальный заказ родителей и общеобразовательных учреждений района.
<b>Организация, предоставившая программу</b>	МБУ ДО «ЦДТ Московского района», г. Нижний Новгород, ул. Коминтерна, д.20А, 224-04-56; <a href="mailto:ddt20a@mail.ru">ddt20a@mail.ru</a>
<b>Место реализации</b>	МБУ ДО «ЦДТ Московского района», СП«ДПК «Полет», на базе МБДОУ « Детский сад № 100», МАОУ «Школа №118» по договору о сетевой форме реализации ДООП
<b>Составитель программы</b>	Едемская Наталья Юрьевна, педагог ДО,1 кв. категории
<b>Руководитель программы</b>	Ермакова Нина Федоровна, руководитель структурного подразделения «ДПК «Полет» МБУ ДО «ЦДТ Московского района»
<b>Цель программы</b>	Знакомство ребенка с самым массовым и доступным видом спорта – футболом
<b>Условия достижения цели и задач</b>	Создание условий для реализации приобретаемых знаний, умений и навыков, ситуации успешности в командной игре, наличие ресурсного обеспечения, включая футбольное поле.
<b>Формы обучения, виды деятельности по программе</b>	Очная; групповые занятия, мелко-групповые занятия, теоретическая и практическая деятельность, воспитательные мероприятия, участия в соревнованиях. <i>Возможна реализация с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий</i>
<b>Сроки реализации, уровень программы</b>	2 года. Ознакомительный уровень.
<b>Официальный язык</b>	Русский
<b>География участников</b>	Учащиеся СП «ДПК «Полет», МБДОУ « Детский сад № 100», МАОУ «Школа №118»
<b>Формы контроля, аттестации</b>	Входной, текущий итоговый контроль, промежуточная аттестация, аттестация по итогам освоения программы.
<b>Условия участия в программе</b>	Добровольное желание детей, по заявлению родителей/законных представителей; наличие медицинской справки.
<b>Комплектование на текущий учебный год</b>	<b>1 группа - 10 человек</b> , из них: 1-ый год обучения – группа 1.1–10 чел.

## 2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Быстрый мяч» ознакомительного уровня имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

**Актуальность программы исходит из необходимости** приобщать детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом. В наше время улучшить здоровье детей возможно только научив их вести здоровый образ жизни.

Увлечение спортом — удел преимущественно молодёжи. Именно для неё характерно стремление к соревнованию, азарт и жажда победы. Эти свойства человеческой личности лучше всего реализуются в спортивных играх, особенно в футболе, популярность которого не может сравниться ни с каким видом спорта. Доступность этой игры, простота инвентаря и оборудования, огромная эмоциональность, разнообразие игровых ситуаций, необходимость проявления в них большой воли и мужества делают футбол важным средством физического воспитания.

**Новизна** и отличие данной программы, заключается в том, что она направлена на укрепление здоровья детей. Основное внимание в программе уделено общей физической подготовке учащихся, т.к. занятия проводятся на базе образовательных учреждений по договору о сетевой форме реализации ДООП. В неё добавлены разделы общефизической и специальной подготовки учащихся для более полного их физического развития.

**Педагогическая целесообразность** определяется необходимостью предоставления детям максимально полной возможности удовлетворения своих потребностей в командной игре с целью продолжения занятий и дальнейшей профессионализацию в этой сфере деятельности.

**Цель программы** Знакомство ребенка с самым массовым и доступным видом спорта - футболом.

### **Задачи:**

- увлечь ребёнка занятиями физической культурой,
- укрепить здоровье,
- научить детей общаться и играть в коллективе,
- обеспечить разностороннюю физическую подготовку,
- заинтересовать ребёнка в систематических спортивных тренировках.

**Объём и срок реализации.** Программа рассчитана на 2 года обучения. Каждый год обучения – 108 часов. Общее количество часов по программе – 216.

**Уровень программы** – стартовая (ознакомительная). По окончании обучения обучающийся имеет возможность продолжить занятия по ДООП «Быстрый мяч» базового уровня

**Адресат программы.** Программа разработана для детей 5-7 лет. Возраст старшей дошкольной группы - это возраст активного развития физических и познавательных способностей ребенка, общения со сверстниками. Игра остается основным способом познания окружающего мира, хотя меняются ее формы и содержание. Повышается общий уровень физической выносливости, но повышенная физическая активность, эмоциональная возбудимость и импульсивность детей этого возраста зачастую приводят к тому, что ребенок быстро утомляется.

Набор в группу не требует специального отбора, принимаются все желающие при наличии заявления о зачислении в учреждение, согласно установленного в учреждении образца и документа, удостоверяющего личность и с разрешения врача-педиатра (предоставление медицинской справки о допуске к занятиям),.

**Режим занятий** – три раза в неделю по 1 академическому часу. Для детей 5 лет (1 год обучения) академический час составляет 30 минут, для детей 6-7 (2 год обучения) – 45 минут.

**Формы обучения.** Очная, очно-заочная. Мелко-групповая, групповая. Формы организации учебного занятия: лекция, практическое занятие (тренировка) открытое занятие, соревнования

При реализации данной ДООП могут реализовываться **дистанционные образовательные технологии**, электронное обучение с учетом требований. Основная форма организации учебной деятельности — групповая. Состав группы — постоянный. Обучающиеся занимаются два раза в неделю по 1 академическому часу. Академический час – 30 минут. При реализации дистанционной формы обучения занятия проводятся по специальному расписанию. При организации образовательного процесса с применением дистанционных образовательных технологий учитываются возрастные особенности обучающихся. При планировании учебной деятельности с младшим возрастом в условиях обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, следует:

- определить степень участия родителей в сопровождении младшего школьника;
- предложить такие формы работы и виды деятельности, с которыми ребенок может справиться самостоятельно;
- руководствоваться требованиями СанПиН.

При организации обучения с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий обеспечивается регулярная дистанционная связь с обучающимися и родителями (законными представителями) для информирования о ходе реализации дополнительной образовательной

программы с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения, расписанием занятий. Электронное и дистанционное обучение, осуществляемое с помощью компьютерных телекоммуникаций, может иметь следующие способы передачи информации на занятиях в дополнительном образовании детей (ДОД): Чат-занятия - учебные занятия, осуществляемые с использованием чат технологий.

Основные формы занятий на всех этапах подготовки это:

рассказ	показ упражнений и техники	метод упражнений
разбор	использование учебных наглядных пособий	целостный метод
описание	видеофильмы, DVD, сайты	игровой метод
объяснение	жестикуляция	соревновательный метод
указание		метод разучивания по частям
команды и распоряжения		

### Содержание программы

- Общая физическая подготовка
- Специальная физическая подготовка
- Техничко-тактическая подготовка
- Теоретическая подготовка

Распределение нагрузки в программе:

1 год обучения

- 50% объёма всей нагрузки составляет ОФП,
- 40% — технико-тактическая подготовка,
- 10% — контрольные испытания и теория.

2 год обучения

- 40% объёма всей нагрузки составляет ОФП,
- 50% — технико-тактическая подготовка,
- 10% — контрольные испытания и теория.

### Ожидаемые результаты

При завершении прохождения данной программы учащийся должен овладеть начальными знаниями, умениями и навыками (познакомиться с элементами футбольной техники, получить разностороннее физическое развитие)

Реализация программы поможет воспитать в детях не только спортсменов, но и хороших трудолюбивых людей с чувством ответственности перед коллективом, с решимостью в достижении поставленных целей.

В процессе обучения 3 раза в год (сентябрь, декабрь, май) каждый учащийся сдаёт промежуточные и контрольные тесты. Результаты тестов заносятся в индивидуальные таблицы и на основании этих результатов выстраиваются графики, где наглядно показан рост физической и технической подготовки учащихся.

Данная программа адаптирована к работе в спортивной секции “футбол” в учреждениях дополнительного образования.

### 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2022-2023 учебный год

#### 1. Продолжительность 2022-2023 учебного года

Продолжительность учебного года: 52 недели, включая:

36 недель (с 01.09.2022 г. по 31.05.2023 г.) согласно календарному плану учебных занятий по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе;

16 недель - с 01.06.2022 г. по 31.08.2023 г., согласно плану воспитательных мероприятий по реализации программы, не предусмотренных расписанием, включая каникулярные периоды (за исключением периода государственного отпуска педагога)

#### 2. Сроки проведения каникул:

осенние с 31.10.2022 по 06.11.2022 - 7 дней

зимние с 26.12.2022 по 09.01.2023 – 15 дней

весенние с 27.03.2023 по 03.04.2023 – 8 дней

летние каникулы с 01.06.2023 по 31.08.2023-91 дня

#### 3. Организационный период комплектования

с 01.09. по 15.09.2022 г. для групп 1 года обучения и групп второго и последующих годов при наличии вакансий

#### 4. Режим обучения учащихся в соответствии с комплектованием

группа	количество учебных часов в неделю	количество учебных недель	Количество учебных часов в год, включая контроль и аттестацию	продолжительность занятий	даты аттестации 1 полугодие	даты аттестации 2 полугодие
1.1	3	36	108	1х 25 мин. х 3 раза в неделю	20.12.2021	11.05.2022
1.2	3	36	108	1х 25 мин. х 3 раза в неделю	20.12.2021	11.05.2022
<b>ИТОГО</b>	<b>6</b>	<b>36</b>	<b>216</b>			



**5. Выходные дни в связи с общегосударственными праздниками (нерабочими праздничными днями в Российской Федерации) являются:**

1,2,3,4,5,6 и 8 января – новогодние каникулы;

7 января – Рождество Христово;

23 февраля – День защитника Отечества;

8 марта – Международный женский день;

1 мая – Праздник Весны и Труда;

9 мая – День Победы;

12 июня – День России;

4 ноября – День народного единства.

**6. корректировка календарного графика**

Корректировка календарного учебного графика производится в календарном плане для каждой группы.

Основаниями для корректировки являются:

-учет праздничных дней

-больничный лист/учебный или административный отпуск педагога

-перенос учебных периодов, сроков аттестации в связи с возникающими образовательными ситуациями

-приказ по учреждению об изменении в календарном графике

**4.УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

<b>№</b>	<b>Разделы подготовки</b>	<b>Распределение учебной нагрузки (ч) По годам обучения</b>	
		<b>1 год обучения</b>	<b>2 год обучения</b>
<b>1.</b>	Общая физическая подготовка	18	15
<b>2.</b>	Специальная физическая подготовка	18	15
<b>3.</b>	Технико-тактическая подготовка	65	71
<b>4.</b>	Теоретическая подготовка	3	3
<b>5.</b>	Контрольные нормативы	4	4
	<b>Общее кол-во часов</b>	<b>108</b>	<b>108</b>

## 5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Целью занятий на спортивно-оздоровительном этапе подготовки является физическое образование с ориентацией на оздоровительную направленность учебного процесса.

Основными направлениями деятельности по ходу реализации этапа являются:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- овладение основами технических приёмов и основам индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- изучение элементарных теоретических сведений;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

### Раздел 1.

**Общая физическая подготовка** (*развитие быстроты, ловкости, координации, силы, гибкости*)

Строевые упражнения. Понятие о строе и командах. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанции, направляющий, замыкающий. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.

Гимнастические упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки.

Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. 15 различных исходных положений – наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лёжа – поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих ногах и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Гимнастические упражнения с предметами. Упражнения с мячами – поднятие, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед собой. Над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении.

Упражнения с малыми мячами – броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, в движении.

Акробатические упражнения. Кувырки вперёд в группировке из упора присев, основной стойки. Перекаты и перевороты.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, на внимание, координацию: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Мяч среднему», «Охотники и утка», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната», «Катающаяся мишень», «Вышибалы» и т. д.

Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения. Бег на 30,400, м.

Прыжки в длину с места и с разбега.

Метание малого мяча на дальность и в цель

## **Раздел 2.**

### **Специальная физическая подготовка**

#### Упражнения для развития быстроты:

Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, сидя, лёжа, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры типа «День и ночь», «Вызов», «Вызов номеров», «Рывок за мячом» и т. д.

Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; неподвижными или медленно передвигающимися партнёрами. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка препятствий (на скорость). Переменный бег на дистанции 100-150 м (15-20 м с максимальной скоростью, 10-15 м медленно и т. д.). То же с ведением мяча. Подвижные игры типа «Салки по кругу», «Бегуны», «Сумей догнать» и т. д.

Упражнения для развития скорости переключения от одного действия к другому. Бег быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход с обычного бега на бег спиной вперёд и т. п.).

Бег с изменением направления (до 180 градусов). Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить его или остановиться, затем выполнить новый рывок в том или другом направлении и т. д. «Челночный бег»: 2×10, 4×5, 4×10, 2×15 и т.п.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Приседания с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа. Прыжки на одной и обеих ногах с продвижением, с преодолением препятствий. Прыжки через барьер толчком одной и двумя ногами. Подвижные игры типа «Волк во рву», «Челнок», «Скакуны», «Прыжковая эстафета» и т. д.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперёд и назад, в сторону через правое и левое плечо. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры типа «Салки мячом», «Ловля парами».

### **Раздел 3.**

#### **Технико-тактическая подготовка.**

##### **Техническая подготовка**

Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперёд, скрестным и переставным шагом. Бег по прямой, дугам, с изменением направления и скорости.

Прыжки: вверх, вверх-вперёд, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами и толчком одной ногой на месте и в движении. Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге; в стороны, назад: на месте и в движении.

Остановки выпадом и прыжком (на одну ногу, на две ноги) во время движения.

Различные сочетания приёмов бега с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней и внешней стороной стопы, средней частью подъёма на месте и в движении по катящимся с различными направлениями мячам. Удары внутренней стороной стопы и средней частью подъёма по прыгающему.

Выполнение ударов после остановки, ведения, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние.

Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, в ноги партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча ногой: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча: на месте, в движении. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча. Ведение ногой внутренней частью подъёма, внешней частью подъёма, средней частью подъёма. Ведение левой и правой ногой по прямой, с изменением направления движения, между стоек и движущихся партнёров;

изменением скорости движения, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, применяя выбивание мяча «ударом ногой», «остановкой ногой» в выпаде.

Введение мяча из-за боковой линии. Введение с места из аута.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

### **Тактическая подготовка.**

Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+3, 3+1. Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3-4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8-6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Тактика нападения. Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание».

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча.

Совершенствование в «перехвате» мяча. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

#### **Раздел 4.**

##### **Теоретическая подготовка**

Темы:

- 1.** Основы техники безопасности на занятиях.
- 2.** Понятие о физической культуре и спорте, спортивная тренировка.
- 3.** Инвентарь и оборудование, хранение и уход за ним.
- 4.** Основы техники футбола.
- 5.** Основные сведения о строении и функциях организма человека.
- 6.** Личная гигиена (гигиенические требования к одежде, обуви, местам занятий: правила личной гигиены, режим дня, сна, отдыха; уход за телом, полостью рта: правила поведения и безопасности при выполнении физических упражнений; основные правила закаливания).

## 6. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### 6.1. Учебно-тематический план

#### Группа 1 года обучения

Содержание	Тем. план	Месяцы									
		сент	окт	нояб	дек	январ	фев	март	апр	май	
Теория: Тематические занятия	3	0,5		0,5	0,5		0,5		0,5	0,5	
Практика: ОФП и СФП	36										
1. Развитие быстроты	9	1,5	0,5	1,5	0,5	1	1	1	1,5	0,5	
2. Развитие силы и гибкости	6	0,5	0,5	1	1,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
3. Развитие ловкости и координации	9	1,5	1,5	1,5	1	0,5	0,5	0,5	1	1	
4. Развитие скорости	5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
5. ОРУ	7	1	0,5	1	1	0,5	0,5	0,5	1	1	
<b>ТЕХНИКА и ТАКТИКА</b>	29										
1. ведение мяча	5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
2. удары по мячу	6	1	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	
3. остановки мяча	6	0,5	1	0,5	0,5	1	1	0,5	0,5	0,5	
4. отбор мяча	3				0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
5. игровые упражнения	45	4	7	4	5	4	5	5	6	5	
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>	4		1		1			1		1	
<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	

#### Группа 2 года обучения

Содержание	Тем. план	Месяцы									
		сент	окт	нояб	дек	январ	фев	март	апр	май	
Теория: Тематические занятия	3	0,5	0,5		0,5		0,5		0,5	0,5	
Практика: ОФП и СФП	30										
1. Развитие быстроты	7	1	0,5	1	1,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	
2. Развитие силы и гибкости	5	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
3. Развитие ловкости и координации	8	1	1	1	1	0,5	0,5	0,5	1,5	1	
4. Развитие скорости	5	0,5	0,5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
5. ОРУ	5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
<b>ТЕХНИКА и ТАКТИКА</b>	35										
1. ведение мяча	5	1	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
6. удары по мячу/ передачи мяча	7	1	1	1	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	
7. остановки мяча/ прием мяча	6	1	0,5	0,5	0,5	0,5	1	0,5	1	0,5	
8. финты, отбор мяча	4		0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	0,5	
9. индивидуальные тактические действия (ИТД), игровые упражнения	49	5,5	5,5	5,5	5,5	4	5,5	6,5	5,5	5,5	
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>	4		1		1			1		1	
<b>ИТОГО:</b>	<b>108</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	

### 6.2 Формы текущего контроля и аттестации



Педагогический контроль и оценка подготовленности футболистов предполагает следующие виды контроля:

- этапный;
- текущий;
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода тренировочных воздействий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль даёт возможность оценить состояние занимающихся в течении дня.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности юных футболистов на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения применяется в качестве оперативного контроля. В процессе работы с футболистами педагоги осуществляют свои наблюдения постоянно. Это даёт им возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом обучающемся.

Промежуточная аттестация по программе проводится два раза в год – в конце каждого полугодия в форме контрольного практического или открытого занятия для родителей.

### **6.3 Планируемые результаты освоения программы**

#### **Планируемый результат реализации спортивно-оздоровительного этапа**

- Формирование знаний, умений, навыков в избранном виде спорта;
- Вовлечение занимающихся в систему регулярных занятий;
- Повышение уровня общефизической подготовленности спортсмена (прирост показателей ОФП при сдаче контрольных нормативов).

Для оценки эффективности реализации этого модуля используются следующие критерии:

- состояние здоровья занимающегося;
- стабильность состава занимающихся, регулярность посещения ими занятий;
- гармоничное развитие занимающихся;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладение теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

## 6.4 Условия реализации программы

### Организационно-педагогические условия распределения содержания.

Организация учебно-тренировочного процесса в спортивной секции осуществляется на основе современной методики обучения и тренировки, освоения учащимися тренировочных и соревновательных нагрузок, достижения ими разностороннего физического развития.

Решение задач, поставленные перед учащимися предусматривает выполнение учебного плана, переводных контрольных нормативов; систематическое проведение практических и теоретических занятий; регулярное участие в соревнованиях и контрольных играх; осуществление восстановительно-профилактических мероприятий; прохождение инструкторской и судейской практики; организацию систематической воспитательной работы; привитие юным футболистам навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины, преданности своему коллективу.

Год обучения	Возраст учащихся, лет	Количество учащихся в группе	Максимальное кол-во учебных часов в неделю	Требования к спортивной подготовленности
<b>Спортивно-оздоровительный этап</b>				
1 г.о	5-6	10-12	3	Прирост показателей по ОФП
2 г.о.	6-7	10-12	3	Прирост показателей по ОФП

### Материально-технические условия

- Спортивный зал 25×12 м.;
- Открытое плоскостное сооружение для футбола с искусственным покрытием;
- Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная соревновательная форма);
- Комплект манишек;
- Комплект футбольных мячей (на команду);
- Футбольные ворота с сетками;
- Скакалки;
- Насосы для накачки мячей;
- Стойки и “конуса” для обводки;
- Барьеры малые;
- “Маркеры” плоские разноцветные;
- Гимнастические маты;
- “Лесенки” (для отработки координации и частоты движений);
- Видеоматериалы о технических и тактических приёмах в футболе;
- DVD-диск о подготовке вратаря;
- Видеоматериалы о развитии двигательных качеств.

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### КОНТРОЛЬНЫЕ ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЭТАПА

“ \_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ФИО \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

ФИО ТРЕНЕРА \_\_\_\_\_

№	Контрольные упражнения	результат	мальчики	девочки
1	Бег 30 м (с)		5,9-6,9	6,2-7,2
2	Челночный бег 3X10 м(с)		9,2-10,4	9,7-10,9
3	Прыжок в длину с места (см)		115-140	110-135
4	Метание теннисного мяча в цель (кол-во попаданий)		2-4	2-4
5	Бег 30 м с ведением мяча (с)		6,7-6,6	6,8-6,6
6	Жонглирование мячом (кол-во ударов)		4-6	3-5
7	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (с)		12	13

ТАБЛИЦА АНАЛИЗА ПРОХОЖДЕНИЕ ПРОГРАММЫ  
(по каждой группе объединения)

Объединение/ год обучения/группа	Кол-во часов по программе	Кол-во выполненных часов	% прохождения
1.1	108		
2.1	108		

ТАБЛИЦА АНАЛИЗА ДВИЖЕНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
И СОХРАННОСТИ КОНТИНГЕНТА  
(по каждой группе)

группы						
На начало учебного года						
На конец I полугодия						
Выбыли в течение полугодия						
Прибыли в течение полугодия						
Сохранность контингента в %						

ТАБЛИЦА УЧЁТА ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

название конкурса	Участники (объединение, учащиеся, руководитель)	результат
	международные	
	всероссийские	
	региональные (областные)	
	муниципальные (городские)	

районные		

**ФИКСИРОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ  
УРОВНЯ ВОСПИТАННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
Анализ уровня воспитанности (на основании оценки уровня отношений)**

	Примитивно-поведенческий (1)		Эмоциональный (2)		Мотивированно-поведенческий (3)	
		<i>чел.</i>		<i>чел.</i>		<i>чел.</i>
Отношение к человеку	Усвоение элементарных норм общежития, дисциплина и этикет		Эмоциональная сопричастность		Поведение, построенное на убеждении значимости смысла этой деятельности	
Отношение к обществу	Отсутствие правонарушений и злостных нарушений		Умение проявлять интерес, умение переживать успех		Общественная активность и инициатива	
Отношение к труду	Выполнение трудовых обязанностей		Трудолюбие		Участие в общественно полезной деятельности	
Отношение к знаниям	Выполнение учебных обязанностей		Познавательный интерес		Самообразование, самосовершенствование	
Отношение к прекрасному	Умение замечать и различать прекрасное		Стремление к общению с прекрасным		Самостоятельное общение с прекрасным	
Отношение к себе	Умение защитить себя		Умение оценивать свои достоинства		Самореализация и самоанализ	

**Протокол  
о проведении промежуточной аттестации/ аттестации по итогам освоения программы  
в \_\_\_\_\_ учебном году**

N п/п	Фамилия имя обучающегося	Отметка согласно критериям аттестации по программе (балл/зачёт/уровень)	Перевод отметки в уровень: Низкий-1 Средний-2 Высокий-3	Особые отметки/ предложения комиссии
<b>Итого</b>	<b>Низкий</b> _____ %	<b>Средний</b> _____ %	<b>Высокий</b> _____ %	

По результатам промежуточной/итоговой аттестации закончили \_\_\_\_\_ этап \_\_\_\_\_ год (а) обучения по дополнительной образовательной программе «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ обучающихся.

Рекомендовано к переводу на следующую ступень обучения к выпуску \_\_\_\_\_ учащихся

Рекомендовано продолжить обучение по индивидуальному маршруту/программе \_\_\_\_\_

Председатель: \_\_\_\_\_ (роспись) \_\_\_\_\_ ФИ.О, должность \_\_\_\_\_

Члены аттестационной комиссии: \_\_\_\_\_

### ИТОГОВЫЙ МОНИТОРИНГ КАЧЕСТВА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

п	Группа/ обучающийся	уровень: <i>1 низкий, 2 средний, 3 высокий,</i>		
		Результаты обучения	Результаты развития	Достижения
	1.1	1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %	1_20 _____ % 2_40 _____ % 3_40 _____ %	1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %
15.		1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %	1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %	1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %
Среднестатистический показатель в группе по каждому из трёх разделов: (сумму «1» делим на количество учеников, затем сумму всех «2», затем «3»)		% каждого из уровней по разделу «Обучение» 1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %	% каждого из уровней по разделу «Развитие» 1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %	% каждого из уровней по разделу «Достижение» 1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %
*Так заполняем для каждой группы, затем считаем средний процент каждого уровня по всему объединению: Сумму «1» делим на количество групп, затем сумму «2», «3» Средний % по объединению сдаёт руководитель структурного подразделения				
Среднестатистический показатель в объединении по каждому из трёх разделов: сумма % по каждому из уровней разделить на количество групп		1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %	1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %	1 _____ % 2 _____ % 3 _____ %

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Приём на обучение на программу физкультурно-спортивной направленности проводится на основании разрешения врача-педиатра (предоставление справки), наличия заявления о зачислении в учреждение, согласно установленного в учреждении образца и документа, удостоверяющего личность.

Основными задачами реализации программы являются:

1. формирование и развитие творческих и спортивных способностей обучающихся;
2. формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
3. формирование навыков адаптации к жизни в обществе.

Решение перечисленных задач осуществляется исходя их конкретных требований, учитывающих специализацию и квалификацию обучающихся. В основу отбора и систематизации материала положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

Принцип комплексности выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон тренировочного процесса: теоретической, физической, технико-тактической и психологической подготовок.

Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала в течение обучения, в углублении и расширении знаний по вопросам теории в соответствии с требованиями, в постепенном усложнении содержания тренировок, в росте объёмов тренировочных нагрузок, в единстве задач, средств и методов подготовки.

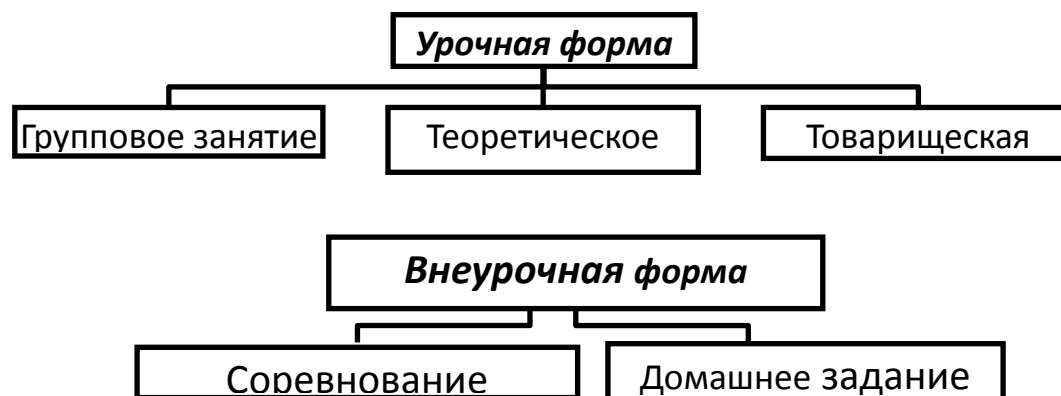
Принцип вариативности даёт определённую свободу выбора средств и методов, в определении времени для подготовки обучающихся. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи педагоги могут вносить свои коррективы в построении тренировочных циклов, занятий, не нарушая общих подходов.

Основными *направлениями деятельности* по ходу реализации этапа являются:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- овладение элементами технических приёмов и основами индивидуальной тактики игры в футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- изучение элементарных теоретических сведений;

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

## ОСНОВНЫЕ ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ



### Планирование учебно-тренировочного процесса

Педагог-тренер по футболу работает на основе следующих документов планирования: перспективный план (на несколько лет), годовой план (на учебный год), рабочий план (на каждый месяц и недельный цикл), конспект занятия (на каждую тренировку), индивидуальный план (на отдельного футболиста).

Перспективный план должен включать следующие основные разделы:

- краткая характеристика учебной группы;
- цель и основные задачи на планируемый период;
- этапы подготовки, их продолжительность, основная направленность процесса, тренировки на этапах;
- основные соревнования;
- спортивно-технические модельные характеристики по годам;
- комплектование учебной группы;
- педагогический и врачебный контроль.

Перспективный план предусматривает постепенное повышение сложности решаемых задач и волнообразное увеличение объёма и интенсивности нагрузки, дифференцированное для различных возрастных групп. При этом возрастание спортивных нагрузок планируется с таким расчетом, чтобы каждый период следующего годичного цикла начинался и заканчивался на более высоком уровне чем соответствующий период предыдущего годичного цикла.

Годовой план тренировки составляется для каждой учебной группы, исходя из круглогодичной подготовки и в соответствии с утвержденным режимом учебно-тренировочной работы. В годовом плане детально излагается содержание тренировки с учетом поставленные задач, возраста занимающихся, их

подготовленности, календаря соревнований, материальных условий, итогов реализации прошлогоднего плана и т.д. При планировании особенно важно учитывать режим учебы в общеобразовательной школе (динамику учебной нагрузки, экзамены, каникулы и т.д.

Годовые планы конкретизируются составлением рабочих планов на каждый месяц. На основании месячных планов разрабатываются конспекты отдельных занятий(уроков).

Основной формой тренировки являются тренировочные занятия. В тренировочном процессе с юными футболистами применяют как комплексные, так и тематические занятия по физической, технической и тактической подготовке. В комплексной тренировке используются упражнения по физической, технической и тактической подготовке.

Структура комплексных занятий сложнее, чем тематических. Это связано с тем, что в отличие от первых, где решается только одна основная задача, в комплексных ставятся две, три задачи.

При составлении комплексных уроков не следует включать в занятие большое количество нового материала, так как это перегружает нервную систему.

Ниже приводится примерная схема расположения материала в трех видах комплексных занятий.

## **I. Комплексное занятие, решающее задачи**

### **физической, технической и тактической подготовки**

Подготовительная часть

1. Упражнения общей разминки.
2. Упражнения специальной разминки.

Основная часть

1. Упражнения на быстроту и ловкость (без мяча и с мячом).
2. Упражнения на совершенствование технических приемов.
3. Техничко-тактические упражнения.
4. Двухсторонняя игра.

Заключительная часть

1. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.

## **II. Комплексное занятие, решающее задачи**

### **технической и физической подготовки.**

Подготовительная часть

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Упражнения на ловкость и гибкость.

Основная часть

1. Изучение нового технического приёма.



2. Упражнения, направленные на развитие быстроты.
3. Совершенствование технических приемов без единоборств и с применением сопротивления соперника.
4. Совершенствование технико-тактических приемов в учебной игре.

Заключительная часть

1. Подвижная игра: "Охотники и утки" или "мяч по кругу"
2. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата

### **III. Комплексное занятие, решающее задачи технической и тактической подготовки**

Подготовительная часть

1. Различные беговые упражнения
2. Упражнения с мячом в парах и малых группах.

Основная часть

1. изучение технических приемов
2. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий.
3. Игровые упражнения

Заключительная часть

1. Медленный бег, ходьба, упражнения на внимание и равномерное дыхание.

### **Особенности организма и учебно-тренировочного процесса юных футболистов 5-7 лет**

Организация занятия, выбор форм, средств и методов обучения, дозирование нагрузки обусловлены особенностями развития организма юных футболистов. Подготовка учащихся осуществляется строго в соответствии с их возрастными данными, которые включают в себя анатомические, физиологические и психологические особенности.

В 5 лет наступает период интенсивного формирования двигательных навыков, в этом возрасте отмечается более совершенная координация движений, их экономичность, устранение лишних движений. Для этого имеются известные предпосылки: заметно изменяются пропорции тела, что создает устойчивость позы, развивается чувство равновесия, улучшается координация движений на основе совершенствования функций нервной системы и приобретенного опыта; увеличивается сила мышц. В ходьбе и беге наблюдается координация движений рук и ног. Прыжки совершаются с большей уверенностью, легкостью и мягкостью приземления. У старших дошкольников хорошо развиты крупные мышцы туловища и конечностей, формирующие правильную осанку и обеспечивающие разнообразные сложные движения: бег, прыжки, лазанье.

Не развитость дыхательной и сердечно-сосудистой системы обуславливает то, что дети не в состоянии делать объемную или очень интенсивную работу долгое время, малыши быстро утомляются и им просто необходимы частые паузы отдыха. В 5-7 лет большая возбудимость, реактивность, а также высокая пластичность нервной системы у детей способствует лучшему, а иногда и более быстрому, чем у взрослых, освоению довольно сложных движений. Это очень важно. Именно в этом возрасте создание двигательной базы у ребенка является для нас приоритетной задачей. Девиз один: «Больше разных движений!». Дети быстро формируют разные двигательные навыки, становясь подвижнее. Бурное развитие центральной нервной системы в этом возрасте создает благоприятные условия для воспитания таких качеств, как ловкость и координация.

Характерной чертой детей этого возраста все же остается неустойчивость внимания. Дети не могут быть долго сосредоточены на какой-либо деятельности. Время активного внимания составляет примерно 5-10 минут. По истечении этого времени ребята начинают отвлекаться, а иногда и вовсе теряют интерес к выполняемому действию. Частая смена — упражнений — это важная особенность работы с детьми младшего возраста.

Начальное обучение юных футболистов 5-7 лет технике владения мячом и тактике игры следует проводить при помощи упражнений, доступных для детей этого возраста. Не следует требовать выполнения упражнений детьми в максимальном темпе применять много упражнений, где иным футболистам приходится быстро и точно реагировать на меняющуюся обстановку, изучать в одном занятии более двух-трех технических приемов, проводить обстановку двухсторонней игры в общепринятых составах футбольном поле установленных размеров.

Ознакомление начинающих футболистов с основными группами технических приемов, позволяющими успешно вести элементарную игровую деятельность, способствует формированию стойкого интереса занимающихся к футболу.

Юным футболистам доступно овладение индивидуальными и групповыми тактическими действиями в двухсторонних играх и игровых упражнениях в ограниченных составах 3×3, 4×4, 5×5 на малых игровых площадках (30-50 м. и 20-30 м.).

Для воспитания игрового мышления необходимо широко использовать подвижные игры, направленные на развитие быстроты сложной реакции, ориентировки, умения взаимодействовать с партнерами.

Учитывая, что двигательный навык более успешно формируется на базе достаточной физической подготовленности, в занятиях до 50% времени следует

отводить физической подготовке. Используются доступные средства из программного материала по общей и специальной физической подготовке с преимущественной направленностью на развитие быстроты, ловкости, гибкости.

### **Воспитательная работа**

Основным документом планирования является план воспитательной работы, который составляется сроком на один год.

В план включаются разделы: культурно-массовая работа, индивидуальная работа, связь с образовательным учреждением, работа с родителями, связь с командой мастеров. В процессе воспитательной работы предполагается использование разнообразных форм, которые подразделяются на массовые (с участием всех учебных групп секции), групповые (с участием одной или нескольких групп) и индивидуальные (рассчитанные на отдельных обучающихся).

## 9. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Литература для педагога

1. Андреев С.Н. «Играй в мини-футбол» Изд-во «Советский спорт». Москва 1989 г. – 124с, ил.
- 2.Верхошанский В.Ю. «Основы специальной силовой подготовки в спорте» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1977 г. – 288 с
- 3.Гриндлер К., Х. Пальке, Х. Хеммо «Техническая и тактическая подготовка футболистов» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 2016 г. - - 152 с.
- 4.Заваров А. «Футбол. Уроки профессионала для начинающих» - СПб.: Питер, 2010 г. – 98 с.
- 5.Зимкин Н.В. «Физиологическая характеристика и методы определения выносливости в спорте» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 2016 г. - 244 с.
- 6.Каменцер М.Г. «Спортшкола в школе» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1985 г. – 302 с.
- 7.Кирнендалл Д. «Анатомия футбола» - Минск: Попурри, 2012 – 201 с
- 8.Крисфилд Д.В. «Футбол» - М.: АСТ, Астрель, 2005- 154 с.
- 9.Кук М., Шоулдер Дж. «Тренировочные программы и упражнения от ведущих тренеров мира» - М.: АСТ: Астрель 2009 – 54 с
- 10.Лаптев А.П., А.А. Сучилина «Юный футболист» Изд-во «Физкультура и спорт». - М.1983 г. – 124 с.
- 11.Мартин Бидзинский «Искусство первого касания мяча. Как подготовить технического футболиста». Изд-во ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г. – 201 с, ил.
- 12.Милке Д. «Футбол. Основы игры» -М. АСТ: Астрель, 2007 – 215 с.
- 13.Под общей редакцией В.И. Козловского перевод статей венгерских авторов Б. Вирцер «Подготовка футболистов» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1977 г. – 154 с.
- 14.Романов А.О. «Учебник спортсмена» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1964 г. – 245 с.
- 15.Селуянов В.Н., Шестаков М.П., Диас С., ФерейбаМ.«Футбол. Проблемы технической подготовки»- М.:ТВТ Дивизион, 2009 – 112 с.
- 16.Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г. 134 с.
- 17.Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г. – 98 с.

18. Фролов В.Г., Г.П. Юрко «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста» Изд-во «Просвещение». Москва 1983 г. – 112 с.
19. Футбол: Книга-тренер - М.: Эскмо, 2011 – 354 с.
20. Харви Г., Дангворт Р., Миллер Дж., Гиффорд К. «Футбол для начинающих: практический курс» - М.: АСТ, Астрель, 2006 – 124 с.
21. Хорст Вайн «Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых» - Спорт, Олимпия Пресс, 2004 – 257 с.

### **Литература для учащихся**

1. Андреев С.Н. «Играй в мини-футбол» Изд-во «Советский спорт». Москва 1989 г. - 124с, ил.
2. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом - М., ФиС, 1981 г. – 112 с.
3. Лаптев А.П., А.А. Сучилина «Юный футболист» Изд-во «Физкультура и спорт». - М.1983 г. – 124 с.
4. Романов А.О. «Учебник спортсмена» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1964 г. - – 245 с.
5. Хан Бергер «Уроки футбола для молодёжи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г. – 244 с.
6. Харви Г., Дангворт Р., Миллер Дж., Гиффорд К. «Футбол для начинающих: практический курс» - М.: АСТ, Астрель, 2006 - 124 с
7. Хорст Вайн «Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых» - Спорт, Олимпия Пресс, 2004 – 217 с.

### **Интернет-ресурсы**

1. [Otherreferats.allbest.ru](http://Otherreferats.allbest.ru) Футбол. Методика обучения и тренировки.
2. [Youtube.com](http://Youtube.com)>Video Тренировка в Барселоне.
3. [Dokaball.com.ua](http://Dokaball.com.ua) Средства и методы обучения игры в футбол.
4. [Rusfan.ru](http://Rusfan.ru)>posts/125518/novie-tehnologii\_v\_futbole Новые технологии в футболе.
5. [www.youtube.com](http://www.youtube.com) Скоростная техника футбола. Начальное тестирование.
6. [Sch557pskoved.ru](http://Sch557pskoved.ru) Образовательные программы.





1. Развитие быстроты	1ч (30мин)		10					10			10	
2. Развитие силы и гибкости	0,5ч (15мин)						10			5		
3. Развитие ловкости и координации	0,5ч (15мин)					10				5		
4. Развитие скорости	0,5ч (15мин)	10							5			
5. ОРУ	0,5ч (15мин)	5	5						5			
<b>ТЕХНИКА и ТАКТИКА</b>												
1. ведение мяча	0,5ч (15мин)	5					10					
2. удары по мячу	1ч (30мин)	10				10				10		
3. остановки мяча	1ч (30мин)					10				10		10
4. отбор мяча	0,5ч (15мин)		5									10
5. игровые упражнения	4ч (120мин)		10	<b>30</b>			10	<b>30</b>		10	<b>30</b>	
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>												
<b>ИТОГО:</b>		<b>10</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

## Февраль

содержание	тематич. план	1	4	6	8	11	13	15	18	20	22	27
Теория: <b>Тематические занятия</b>	0,5ч (15мин)	5			5		5					
Практика: <b>ОФП и СФП</b>												
1. Развитие быстроты	1ч (30мин)			10				10		10		
2. Развитие силы и гибкости	0,5ч (15мин)						10				5	
3. Развитие ловкости и координации	0,5ч (15мин)	10								5		
4. Развитие скорости	0,5ч (15мин)				10						5	
5. ОРУ	0,5ч (15мин)			5				10				
<b>ТЕХНИКА и ТАКТИКА</b>												
1. ведение мяча	0,5ч (15мин)			5			5			5		
2. удары по мячу	0,5ч (15мин)	5									10	
3. остановки мяча	1ч (30мин)			10			10			10		
4. отбор мяча	0,5ч (15мин)	10			5							
5. игровые упражнения	5ч		<b>30</b>		10	<b>30</b>		10	<b>30</b>		10	<b>30</b>
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>												
<b>ИТОГО:</b>		<b>11</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

## Март

содержание	тематич. план	1	4	6	11	13	15	18	20	22 К	25	27
Теория: <b>Тематические занятия</b>												
Практика: <b>ОФП и СФП</b>												
1. Развитие быстроты	1ч (30мин)			10					10			10
2. Развитие силы и гибкости	0,5ч (15мин)	10							5			
3. Развитие ловкости и координации	0,5ч (15мин)					10						5
4. Развитие скорости	0,5ч (15мин)			5			5		5			
5. ОРУ	0,5ч (15мин)	5					5					5
<b>ТЕХНИКА и ТАКТИКА</b>												
1. ведение мяча	0,5ч (15мин)	5					10					
2. удары по мячу	0,5ч (15мин)	5				10						
3. остановки мяча	0,5ч (15мин)	5				10						
4. отбор мяча	0,5ч (15мин)			5					10			
5. игровые упражнения	5ч		<b>30</b>	10	<b>30</b>		10	<b>30</b>			<b>30</b>	10
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>										30		



<b>ИТОГО:</b>	<b>11</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
---------------	-----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------

### Апрель

содержание	тематич. план	1	3	5	8	10	12	15	17	19	22	24	26	29
Теория: <b>Тематические занятия</b>	0,5ч (15мин)					5			5				5	
Практика: <b>ОФП и СФП</b>														
1. Развитие быстроты	1,5ч (45мин)			10		5			10			10	10	
2. Развитие силы и гибкости	0,5ч (15мин)					5				5			5	
3. Развитие ловкости и координации	1ч (30мин)		10				10			10				
4. Развитие скорости	0,5ч (15мин)			10					5					
5. ОРУ	1ч (30мин)		10				10					10		
<b>ТЕХНИКА и ТАКТИКА</b>														
1. ведение мяча	0,5ч (15мин)					5			10					
2. удары по мячу	0,5ч (15мин)					10				5				
3. остановки мяча	0,5ч (15мин)			5						10				
4. отбор мяча	0,5ч (15мин)			5									10	
5. игровые упражнения	6ч	<b>30</b>	10		<b>30</b>		10	<b>30</b>			<b>30</b>	10		<b>30</b>
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>														
<b>ИТОГО:</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

### Май

содержание	тематич. план	3	6	10	13	15	17	20	22 А	24	27	29	31
Теория: <b>Тематические занятия</b>	0,5ч (15мин)			5			5					5	
Практика: <b>ОФП и СФП</b>													
1. Развитие быстроты	0,5ч (15мин)	10										5	
2. Развитие силы и гибкости	0,5ч (15мин)			5			5						5
3. Развитие ловкости и координации	1ч (30мин)			10			10			10			
4. Развитие скорости	0,5ч (15мин)					5						10	
5. ОРУ	1ч (30мин)					10				10			10
<b>ТЕХНИКА и ТАКТИКА</b>													
1. ведение мяча	0,5ч (15мин)	5								10			
2. удары по мячу	0,5ч (15мин)			10		5							
3. остановки мяча	0,5ч (15мин)					10							5
4. отбор мяча	0,5ч (15мин)	5										10	
5. игровые упражнения	5ч	10	<b>30</b>		<b>30</b>		10	<b>30</b>			<b>30</b>		10
<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>	1ч (30мин)								30				
<b>ИТОГО:</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

## 1.2 План воспитательных мероприятий

для группы: **1.1**

<b>Мероприятие</b>	<b>Статус: Конкурсное Воспитательное/ Каникулы</b>	<b>Участники: коллектив/ группа/</b>	<b>Планируемые сроки: Месяц</b>	<b>Дата проведения по факту</b>
Турнир по футболу «Осенний турнир»	соревнования	10-12	Сентябрь-октябрь	По субб.и воскр.дням
Турнир по мини-футболу «Кубок деда Мороза»	соревнования	10	Декабрь, январь-	По субб.и воскр.дням
Турнир по футболу, посвящённый «Дню защитника Отечества»	соревнования	112	февраль	23 февраля
Турнир по мини-футболу «Весна-2023»	соревнования	10-15	март	по воскрес.
Турнир по футболу, посвященный «Дню Победы»	соревнования	10-12	май	8-9 мая
Турнир по мини-футболу среди детских садов	соревнования	8-10	май	По графику

<b>Летние каникулы</b> (кроме периода отпуска педагога)			
<b>форма</b>	<b>сроки</b>	<b>база</b>	<b>Организатор/ ответственный</b>
Индивидуальные занятия, консультации	июнь	ЦДТ	педагог
Реализация проекта «Территория успеха»	июнь	ЦДТ	ЦДТ, СП «Отдел организационно-массовой и методической работы»
Работа летнего оздоровительного лагеря	июль	ДПК	ЦДТ, структурное подразделение «клуб»Повет
Реализация проекта «Дворовая практика»	июль	По месту жительства	Отдел культуры, спорта и молодёжной политики
Работа игровых площадок	август	ДПК	
Выездные лагеря, профильные смены	июль		Педагог, родители