

**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ ГОРНОУРАЛЬСКИЙ СВЕРДЛОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ**

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеская спортивная школа»**

Принята на заседании  
педагогического совета  
МБУ ДО ДЮСШ  
Протокол № 4 от 27.08.2025

Утверждена:

Приказом директора МБУ ДО



А.О. Мещерских

от 27.08.2025 г. № 88-У

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«ФУТБОЛ»  
(базовый уровень)

Возраст учащихся: 7-15 лет

Срок реализации: 3 года

Составитель программы:  
инструктор-методист Будникова Е.Н.

Муниципальный округ Горноуральский  
2025 год

## Содержание

Информационная карта программы.....	3
<b>Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы».....</b>	<b>4</b>
1.1. Пояснительная записка.....	4
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Планируемые результаты.....	10
<b>Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы».....</b>	<b>11</b>
2.1. Календарный учебный график.....	11
2.2. Условия реализации программы.....	11
2.3. Формы аттестации.....	11
2.4. Методическое обеспечение.....	11
2.5. Оценочные материалы.....	13
<b>3. Список литературы.....</b>	<b>15</b>
<b>4. Приложения.....</b>	<b>17</b>
Приложение №1.....	17
Приложение №2.....	24
Приложение №3.....	27
Приложение №4.....	28

## Информационная карта программы

<b>1. Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа»
<b>2. Полное название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»
<b>3. Сведения об авторах (составителе):</b>	
3.1. Ф.И.О., должность	Будникова Евгения Николаевна
<b>4. Сведения о программе:</b>	
4.1. Нормативная база	Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273ФЗ (с изм. и доп); Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28); «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ МП РФ от 9 ноября 2018 года № 196) с изменениями от 30.09.2020; «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)» (Письмо Департамента молодежной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015; Положение о структуре и порядке разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Направленность	Физкультурно-спортивная
4.4. Уровень освоения программы	Базовый
4.5. Вид программы	Модифицированная
4.6. Возраст учащихся по программе	7-15 лет
4.7. Продолжительность обучения, объем и сроки реализации	3 года, с сентября по май, 72 часа в год, всего 216 часов.
4.8. Количество учащихся	10-15 человек
4.9. Краткая аннотация программы	Занятия по программе «Футбол» помогут овладеть таким игровым видом спорта, как футбол. Помогут укрепить здоровье и будут содействовать правильному разностороннему физическому развитию, а также развить быстроту, гибкость, ловкость. Игра в команде поможет вам научиться взаимопониманию и взаимовыручке, воспитает командный дух и спортивное соперничество.

## **Блок № 1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, способствует выявлению и развитию спортивного интереса ребенка, его творческих возможностей и личного потенциала, направлена на физическое развитие и приобщение к здоровому образу жизни.

Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

**Актуальность программы.** Данная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует формированию и развитию творческих способностей учащихся, выявлению, развитию и поддержке талантливых учащихся.

Выдающиеся политические деятели, военачальники и писатели, музыканты, ученые видели и видят в футболе не просто отдых и развлечение, но и развитие двигательных качеств, эффективное средство воспитания и развития человека. К числу наиболее активных социальных функций футбола относится функция педагогическая, развития познавательной активности обучающихся, их самостоятельности в принятии оптимальных решений в самых различных ситуациях, требующих повышенного внимания, ответственности, высокой культуры и дисциплины мыслительной и физической деятельности. Отличаясь доступностью, простотой и привлекательностью, футбол вносит вклад во всестороннее гармоничное развитие человека, независимо от возраста, профессии, спортивной футбольной квалификации. Во всем мире растет понимание того, что школа не может обеспечить знаниями своих учащихся на все случаи жизни. Поэтому центральное место в системе дополнительного образования занимает развитие обучающихся, формированию у них таких качеств личности, которые помогли бы им активно участвовать в последующей учебной и трудовой деятельности. Теоретически и практически обоснована не только целесообразность, но и сама возможность использования футбола в формировании элементов научного стиля мышления творческих способностей, эстетических взглядов, повышение успеваемости детей по всем предметам. Футбол – школа творчества и коммуникации детей. Это уникальный инструмент развития творческого и физического мышления. «Вкладывая в детей, в футбол, мы вкладываем в наше будущее» (В. Мутко).

**Отличительная особенность** данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

**Новизна** программы заключается в том, что она направлена не только на развитие физических и технических, но и личных качеств личности ребенка, помогает ему заранее

определился в той или иной будущей сфере деятельности, профессии и помогает сделать для себя (совместно с родителями) соответствующий выбор.

Вместе с тем, систематические занятия футболом оказывает на организм учащихся всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие, способствуя укреплению самодисциплины и самоорганизованности, проявлению навыков содержательного проведения досуга, позволяют формировать у учащихся практические навыки здорового образа жизни, умение противостоять негативному воздействию окружающей среды.

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что в ходе занятий футболом у учащихся:

- достигается физическое совершенствование в зависимости от индивидуальных возможностей и способностей;

- развивается дыхательная система ребенка, улучшается сердечно-сосудистая система, повышается иммунитет и общее состояние здоровья за счет эмоционального напряжения, испытываемого во время игры;

- улучшается глубинное и периферическое зрение, развивается точность и ориентировка в пространстве вследствие постоянного взаимодействия с мячом; развивается мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы, повышается мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц;

- происходят качественные изменения в двигательном аппарате: прыжки при передачах мяча, нападающих ударах и блокировании укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц;

- повышается стрессоустойчивость, самоконтроль, развиваются морально-волевые качества личности.

**Программа адресована** мальчикам младшего и среднего школьного возраста (7-15 лет), построена с учетом возрастных особенностей учащихся на основе планомерного и преемственного формирования и развития экологических знаний и научных фактов.

Учащиеся этого возраста способны выполнять предлагаемые задания по освоению основных приемов владения мячом, бросков, разнообразных тактических действий в обороне и нападении. При этом для достижения положительных результатов при реализации программы учитываются возрастные характеристики учащихся, их общее физическое развитие, психологическая устойчивость, желание заниматься игровыми видами спорта, умение учитывать мнение своих сверстников, определенный уровень знаний и умений.

**Объем и срок освоения программы.** Предлагаемая программа рассчитана на 3 года обучения, из расчета 72 часа в год, всего 216 часов.

Форма обучения – очная.

**Организационно-педагогическая основа обучения.** Данная программа ориентирована на достижение определенных задач, исходя из психолого-возрастных особенностей ребенка и времени результативности обучения.

Наполняемость в группах составляет 11-15 человек. Любой ученик имеет право быть зачисленным в состав учебной группы на основе медицинских показаний. Набор в группу проводится независимо от уровня подготовки и пола учащихся. Для детей, зачисляемых в объединение, предусматривается обследование в медицинском учреждении один раз в год по месту регистрации с последующим получением медицинской справки о допуске к занятиям по избранному виду спорта. Накануне соревнований учащиеся проходят текущий осмотр врача терапевта для получения справки по допуску к соревнованиям.

**Режим занятий:** 2 занятия в неделю по 1 учебному часу в первый год обучения, 1 занятие в неделю по 2 учебных часа – второй и третий годы обучения. Продолжительность одного учебного часа – 40 минут.

*Реализация программы* обеспечивается за счёт комплексного материально-технического обеспечения: мячи футбольные, набор фишек для разметки поля, стойки для обводки, секундомер, сетка для переноски мячей, манишки. Спортивная форма в достаточном количестве.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** формирование здорового образа жизни, профилактика асоциального поведения детей и подростков через развитие устойчивого интереса к игре в футбол и создания благоприятных условий для дальнейших занятий спортом.

### Задачи программы:

Задачи	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
<i>Обучающие</i>	ознакомить с историей и основными понятиями о футболе, создать у учащихся общее представление о структуре выполнения основных технических приемов игры в футбол.	разучить историю легенд мирового футбола, совершенствовать терминологию футбола и технику игры.	совершенствовать специальные технические умения, овладеть индивидуальными методами действий в игре
<i>Развивающие</i>	развивать разностороннюю физическую подготовку, детально изучать основные технические приемы; развивать потребность в самообразовании.	приобщать детей к истокам советского и российского спорта, формировать основы здорового образа жизни.	развивать двигательные качества, раскрывать спортивные способности детей.
<i>Воспитывающие</i>	формировать мировоззрения гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов, патриотизм, культуру общения с микро- и макро-коллективами, воспитывать чувства гордости и ответственности за спортивное наследие.	приобщать детей к истокам советского и российского спорта, формировать самодисциплину и ответственность.	формировать чувство коллективизма, развивать чувство толерантности, формировать потребность добросовестного отношения к занятиям футболом.

## 1.3. Содержание программы

### Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, наблюдение
1.	История развития футбола	2	2		Опрос, тест
2.	Элементарные понятия о футболе, как игре	8	2	6	Опрос
3.	Основные упражнения и технические приемы	54	2	52	Контрольные нормативы
4.	Двусторонняя игра	5	-	5	Соревнование
	Итоговое занятие	1	-	1	Тестирование
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>7</b>	<b>65</b>	

## Содержание учебного плана 1-го года обучения

### **Вводное занятие**

*Теория.* Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь футболиста.

*Практика.* Начальная диагностика знаний, умений и навыков.

### **Раздел 1. История развития футбола**

*Теория.* Происхождение футбола. Истории великих футболистов.

### **Раздел 2. Элементарные понятия о футболе, как игре**

*Теория.* Основы и правила игры в футбол.

*Практика.* 6 часов: Расстановка игроков перед началом игры. Кто начинает первый. Защитник. Место в начальном положении. Полузащитник. Нападающий.

### **Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы**

*Теория.* Техничко-тактические приемы.

*Практика.* 1) Разучивание основных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- стойка, передвижения, остановка и повороты футболиста;
- ведение мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- остановка мяча (внутренней и внешней стороной стопы, подошвой и голенью, грудью);
- передача мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- удары по мячу (внутренней и внешней стороной стопы, подъемом, головой);
- жонглирование мячом.

2) Тренировочные упражнения с заданиями для полевых игроков:

- ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек);
- передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание;
- удары по мячу с разбега, по катящемуся мячу, после отскока;
- пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание основных упражнений и технических приемов для вратарей:

- упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости и координации: прыжки со скакалкой, на месте, в высоту и длину, кувырки в группировке и т.д.
- прием катящегося мяча, прием высоко и низко летящих мячей.

### **Раздел 4. Двусторонняя игра**

*Практика.* Игра. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических приемов. Промежуточная аттестация. Контрольные тесты.

### **Итоговое занятие**

*Практика.* Промежуточная аттестация. Контрольное тестирование уровня теоретической подготовки первого года обучения.

## Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	2	-	Опрос, наблюдение
1.	Развитие общей физической подготовки	22	4	18	Сдача нормативов
2.	Техническая подготовка	22	2	20	Сдача нормативов
3.	Подвижные игры с техническими элементами футбола	8	2	6	Сдача нормативов
4.	Терминология в футболе	8	4	4	Опрос, тест
5.	Контрольная диагностика	4	-	4	Зачет
6.	Легенды мирового футбола	5	2	3	Презентации

Итоговое занятие	1	-	1	Представление презентаций
<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	

### Содержание учебного плана 2-го года обучения

#### **Вводное занятие**

*Теория.* Содержание второго года обучения. Знакомство с курсом программы 2 года обучения. Повторный инструктаж по технике безопасности. Правила оказания первой помощи.

*Практика.* Диагностика определения уровня освоения теоретической части программы.

#### **Раздел 1. Развитие общей физической подготовки**

*Теория.* Средства восстановления после нагрузки.

*Практика.* Упражнения на развитие скорости. Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие ловкости. Упражнение на развитие гибкости. Упражнение на развитие силы. Бег в равномерном темпе. Эстафетный бег. Упражнения на развитие прыгучести. Бег с препятствиями. Челночный бег.

#### **Раздел 2. Техническая подготовка**

*Теория.* Влияние физических и природных факторов на технику футболиста.

*Практика.* Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы, подъёмом; остановка катящегося мяча подъёмом и подошвой, остановка мяча грудью; удары по мячу головой; обводка на медленной скорости; передача мяча партнёру; ловля низколетящего мяча вратарём; ведение мяча, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы, ведение между стоек, ведение сильной и слабой ногой. Удары внутренней, внешней стороной стопы, удары подъёмом. Двухсторонняя игра.

#### **Раздел 3. Подвижные игры с элементами футбола**

*Теория.* Правила подвижных игр с элементами футбола.

*Практика.* «Волейбол ногами», «Гандбол с элементами игрой головой», «Отдай мяч капитану», «Салки мячом». «Собачки». «Игра в четверо ворот», «Игра одновременно ногами и руками». «Футбол в присядку», «5 передач-гол», «Футбол в парах».

#### **Раздел 4. Терминология в футболе**

*Теория.* Жесты и действия судей во время игры в футбол.

*Практика.* Боковая. Аут. Вне игры, Гетры. Бутсы, Судья. Пляжный футбол. Мини-футбол. Футзал. Еврокубки. Разметка. Ворота. Золотой мяч. Бомбардир. ФИФА. УЕФА. Лига чемпионов. Кубок УЕФА.

#### **Раздел 5. Контрольная диагностика**

*Практика.* Промежуточная аттестация. Зачет. Ведение мяча на скорость. Жонглирование мяча. Удар на дальность. Удар на точность. Игровое тестирование. КПД в игровой деятельности.

#### **Раздел 6. Легенды мирового футбола**

*Теория.* Пеле. Гарринча. Пушкаш. Эйсебио. Метьюз. Яшин. Ривера. Кройф. Беккенбауэр. Мюллер. Платини. Марадона. Ван Бастен. Гуллит. Маттеус. Клинсман. Зидан.

*Практика.* Презентации «Мой любимый футболист».

#### **Итоговое занятие**

*Практика.* Представление презентаций.

### Учебный план 3-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	1	1	Опрос, тест
1.	Развитие общей физической подготовки	8	-	8	Мини - тест

2.	Развитие специальной физической подготовленности	10	1	9	Мини-тест
3.	Специальные упражнения и технические приемы	40	2	38	Контрольные нормативы
4.	Учебно-тренировочная игра с заданием	8	2	6	Соревнования
5.	Двусторонняя игра	2	-	2	Соревнования
	Итоговое занятие	2	-	2	Анализ, рекомендации
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>66</b>	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>29</b>	<b>187</b>	

### Содержание учебного плана 3-го года обучения

#### Вводное занятие

*Теория.* Повторный инструктаж по технике безопасности, меры предохранения от перегревания, первая помощь при спортивных травмах, закаливание.

*Практика.* Диагностика с целью определения уровня освоения теоретической части программы.

#### Раздел 2. Развитие общей физической подготовки

*Практика.* Упражнения для развития общей физической подготовки: ОРУ на месте и в движении, бег на различные дистанции, упражнения с гантелями, штангой, подвижные и спортивные игры. Упражнения с мячами и спец приспособлениями.

#### Раздел 3. Развитие специальной физической подготовки

*Теория.* Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол.

*Практика.* Развитие скоростных качеств: бег на короткие дистанции с максимальной скоростью, бег на месте, челночный бег, ускорения с мячом, различные эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств: подскоки вверх из глубокого приседа, приседание на одной ноге, броски набивного мяча на различные расстояния, бег с отягощением. Развитие выносливости: повторно-интервальный бег на средние и длинные дистанции, бег с отягощением, сопротивлением и повышенной скоростью, игровые упражнения с повышенной интенсивностью. Развитие ловкости и гибкости: подвижные игры, преодоление полосы препятствия, гимнастические упражнения, упражнения в положении лежа, упоры.

#### Раздел 4. Специальные упражнения и технические приемы

*Теория.* Особенность специальных упражнений, как для полевых игроков, так и для вратарей.

*Практика.* 1) Разучивание специальных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- обводка игроков, ведение, остановка и удары по воротам различными способами;
- жонглирование мяча бедром и головой; - вбрасывание мяча из-за боковой линии;
- отбор мяча различными способами (толчком плечом в плечо, с помощью подката);
- финты и их выполнение.

2) Тренировочные упражнения с заданиями:

- дальние и ближние передачи в парах, тройках по диагонали и вдоль поля;
- дальние удары по воротам и удары после прострела;
- ведение мяча с последующим ударом по воротам;
- подачи угловых; - пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание специальных упражнений и технических приемов для вратарей:

- бросок за мячом, отбивание мяча кулаком;
- игра на выходах.

## Раздел 5. Учебно-тренировочная игра с заданием

*Теория.* Тактические действия игры в защите и нападении.

*Практика.* Взаимодействие игроков в защите при подаче угловых и штрафных ударов. Разучивание взаимодействия игроков при игре в 3-и, 4-е защитника.

Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов и штрафных ударов. Взаимодействие игроков при игре в одного и двух нападающих.

Игра в два касания. Игра только слабой ногой. Мяч забивать с расстояния не менее 10 метров. Игра ногами и руками. Игра руками, а мяч забивается головой. Мяч забивается только с передачи партнёра.

## Раздел 6. Двусторонняя игра

*Практика.* Итоговая аттестация в форме футбольного праздника. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических и тактических действий и их совершенствование.

### Итоговое занятие

*Практика.* Круглый стол. Подведение итогов. Анализ достижений, рекомендации.

## 1.4. Планируемые результаты

*В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы «Футбол» у учащихся формируются*

<b>Личностные (социально-личностные) компетенции:</b>	<b>Метапредметные компетенции:</b>
дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей; умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях; умение оказывать помощь своим сверстникам.	умения определять наиболее эффективные способы достижения результата; умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять; умение объективно оценивать результаты собственного труда; понятия о роли игры в укреплении здоровья; умение рационально распределять свое время в режиме дня; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

### Предметные компетенции:

<u>к концу 1-го года обучения</u>	<u>к концу 2-го года обучения</u>	<u>к концу 3-го года обучения</u>
знание истории развития футбола в России; значение занятий футбола для организма человека; роль и значение занятий в укреплении здоровья; индивидуальные особенности физического и психического развития организма и их связь с регулярными занятиями футболом; умения вести контроль за индивидуальным физическим развитием, соблюдать правила личной гигиены, выполнять ведение и передачи мяча, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма.	знание основной терминологии футбола и имена мировых звёзд футбола; упражнений общефизической подготовки и подвижных игр с элементами футбола; умения выполнять элементы технической оснащенности футболиста, самостоятельно проводить разминку, проводить самоконтроль, пользоваться инвентарём для тренировок.	знание упражнений специальной физической подготовки, особенностей развития футбола, особенностей выполнения технических навыков в футболе и финтов; умения выполнять обводку в игре, свободно жонглировать мячом, применять финты в игре и технически правильно осуществлять двигательные действия.

**Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

**2.1. Календарный учебный график**

Количество учебных недель в год – 36, месяцев обучения – 9, учебных часов: первый год обучения – 72, второй и третий – по 72 часа. Всего по программе: учебных недель – 108, месяцев обучения – 27, учебных дней – 144.

Продолжительность учебного года: начало учебного года по программе первого года обучения – не позднее 15 сентября, окончание учебного года – 30 мая; начало второго года обучения - 1 сентября, окончание - 31 мая; начало третьего года обучения - 1 сентября, окончание - 31 мая.

Сроки летних каникул - с 01 июня по 31 августа.

Календарный учебный график по годам обучения – Приложение №1.

**2.2. Условия реализации программы**

<i>Материально-техническое обеспечение</i>	<i>Информационное обеспечение</i>
спортивный зал, футбольное поле ( на сельском стадионе), футбольная сетка – 2, футбольные ворота – 2, мячи футбольные-64, демонстрационная доска – 1, секундомер-3, фишки – 5 комплектов, стойки для обводки-33шт., медицинская аптечка – 1, сетка для переноски мячей- 5 шт., манишки-41 шт., футбольная форма: футболки -30, трусы футбольные-30, перчатки вратарские-8 пар, свитер для вратаря-8, рейтузы для вратаря-8	фильмы о великих игроках, портреты лучших игроков мира.
<i>Кадровое обеспечение</i>	
Квалификационные требования: высшее или среднее педагогическое образование, соответствие специальности и квалификации по диплому профилю программы без предъявления требования к стажу работы.	Необходимые компетенции: (см. пункт 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт)

**2.3. Формы аттестации**

Промежуточная аттестация учащихся проводится: первый год обучения - в апреле-мае; второй год обучения – в апреле-мае. Итоговая аттестация проводится в конце третьего года обучения, по окончании реализации программы, апрель-май.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** журнал посещаемости, материалы анкетирования и тестирования, фото, методические разработки, сертификат о прохождении курса.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** результаты контрольных нормативов физической и технической подготовки (карты проверки результатов - Приложение №2), презентации (протокол оценки презентации – Приложение №3), соревнования (протокол оценки соревнования - Приложение №4), аналитические материалы по итогам проведения диагностики.

**2.4. Методическое обеспечение**

**Методы обучения и воспитания.** При реализации программы используются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский, игровой,

проектный. А также следующие методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

**Формы организации образовательного процесса.** При планировании и организации учебного процесса предусматриваются групповая и индивидуально-групповая формы обучения.

**Формы организации учебного занятия.** Возрастные особенности учащихся требуют, чтобы занятия велись в увлекательной форме, были эмоциональны, методически разнообразно построены, насыщены играми. Предусмотрены: учебно-тренировочные занятия (тренинги), учебные игры, беседы, мастер-классы, соревнования, контрольные занятия, зачеты, праздники.

**Педагогические технологии.** В ходе реализации программы «Футбол» используются следующие педагогические технологии: группового обучения, коллективного взаимообучения, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. Этому способствуют совместные обсуждения техники игры, выполнения упражнений, а также поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, командный дух соревнований.

Главным направлением учебно-тренировочного процесса является: создание условий для развития личности юных футболистов, сохранения и укрепления их здоровья; соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля; воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности; привитие любви к систематическим занятиям спортом; формирование знаний, умений и навыков по футболу и достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовки.

**Структура занятия и его этапов.** Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

Занятия футболом носят тренировочную, методическую деятельность. В процессе тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры. На занятиях учащиеся приобретают навыки судейства игры.

Основой подготовки учащихся является овладение технико-тактическими приёмами игры. Для их реализации используется упражнение избирательного характера. Особенностью этих упражнения является то, что они обладают способностью избирательного воздействия на определенные функции обучаемых, чтобы данная функция попадала под максимальную «нагрузку» в зависимости от подготовки обучаемых. Эти упражнения не требуют большого уровня футбольных знаний и навыков. Этим они отличаются от упражнений, которые используются в тренировочном процессе, где успешность разучивания различных футбольных упражнений, тактических навыков, комбинаций определяются не только уровнем способностей, но и объемом имеющихся у него знаний и умений.

Особенно полезны они для детей с задержками и отклонениями в физическом развитии, помогают им лучше усваивать школьные дисциплины.

Игра в футбол дисциплинирует мышление, воспитывает сосредоточенность, развивает внимание.

#### **Методическое обеспечение программы**

<i>№ n/n</i>	<i>Название раздела</i>	<i>Формы организации занятий</i>	<i>Методы и приёмы обучения</i>
1.	Развитие футбола в России	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-	Словесный, наглядно- зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.

		групповая, работа в парах	
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно- зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
3.	Оборудование мест занятий	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно- зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
4.	Правила игры	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно- зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
5.	Общая и специальная физическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
6.	Основы техники и тактики игры	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
7.	Контрольные игры и соревнования	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
8.	Тестирование	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.

## 2.5. Оценочные материалы

**Предполагаемые результаты и способы их проверки.** Диагностический инструментарий: тестовые задания, опросные листы, карты проверки результатов физической и технической подготовки, оценочные листы, протоколы.

**Формы и методы контроля:** самостоятельная, творческая работа (презентация), контрольное тестирование, контрольные нормативы, соревнование, опрос, наблюдение.

Этапы контроля: текущий, промежуточный, итоговый.

Этапы педагогического контроля

<i>Этап</i>	<i>Сроки контроля</i>	<i>Цель контроля</i>	<i>Формы контроля</i>	<i>Методы контроля</i>	<i>Уровни оценочных критериев</i>
<i>Текущий контроль</i>	В течение учебного года	Выявление уровня освоения темы, раздела	Тестирование, физические упражнения, соревнования	Наблюдение, опрос, карты результатов, протоколы	Высокий Средний Низкий
<i>Промежуточный контроль</i>	В конце учебного года	Выявление уровня освоения части программы	Контрольные нормативы Презентации	Карты результатов физической и технической подготовки	Высокий Средний Низкий

<i>Итоговый контроль</i>	По окончании реализации программы	Выявление уровня освоения программы	Контрольные нормативы Соревнование	Карты результатов физической и технической подготовки, анализ уровня подготовки, рекомендации	Высокий Средний Низкий
--------------------------	-----------------------------------	-------------------------------------	---------------------------------------	---	------------------------------

Для закрепления пройденного учебного материала организуются двухсторонние игры разыгрывания тактических комбинаций, рефераты на футбольные темы. Участие в различных соревнованиях показывают уровень подготовки футболиста, его функциональный уровень.

В целях проверки результатов освоения программы по каждому году обучения применяется контроль и самоконтроль в форме индивидуального опроса, фронтального опроса, устных и письменных зачетов, устных экзаменов, игры за сборные района и области, программированного вопроса, собеседование по элементам и тактическим приемам, устного самоконтроля, диагностики. Введение тестов после выполнения квалификационного разряда, изменяет отношение детей ко всем упражнениям, которые помогут им сдать эти тесты. Появляется интерес к решению и сильнее закрепляется навык.

В конце учебного года проводится конечная диагностика, подведение итогов года, награждение грамотами, вручение сертификатов об окончании курса. В конце учебного курса проводится спортивный футбольный праздник.

### 3. Список литературы

#### Для педагога

1. Алтановский «Методические рекомендации». - М.: Физкультура и спорт, 1997-2005 г.
2. Асович, А. А. Гуминский, Ю.П Ильичев и др.; Футболист в игре и тренировке / Под общей ред. кан. пед. наук С. А. Савина. – М.: Физкультура и спорт, 1975 – 108 с.: ил.
3. Годик М. А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: Физкультура и спорт, 1980.
4. Голомазов С. Меткость, точность и техника действий с мячом и принципиальные подходы к тренировке точности быстрых движений. С. Голомазов, В. Заиорский, Б. Чирва. Теория и практика футбола. – 2004. № 1. – С. 33-35.
5. Голомазов С. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов. С. Голомазов, Б.Чирва. – М.:РГАФК, 1994. – 80 с.
6. Голомазов, С. В. Футбол. Универсальная техника атаки / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: Дивизион, 2006. - 680 с.
7. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов / К. Гриндлер, Х. Пальке, Х. Хеммо. - М.: Физкультура и спорт, 2012. - 256 с.
8. Лях.В.И. Зданевич.А.А. – комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов.- Москва «Просвещение», 2006-128с.
9. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. – М.: Физическая культура и спорт, 1976. – стр. 109-113, 120-122.
10. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528 с., ил.
11. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт, 1982, 2-е исправл. и дополн изд., - 207 с., ил. – Азбука спорта.
12. Чирва Б. Г. – Построение технической подготовки юных футболистов с учетом сенситивных периодов становления технического мастерства. Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. № 4-2007. с 15.
13. Михалевский, В. И. Футбол как социально-педагогическая система. Методология, методика, управление / В.И. Михалевский. - М.: Физическая культура, 2010. - 112 с.
14. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов / Б.Г. Чирва. - Москва: Наука, 2008. - 336 с.
15. Чирва, Б. Г. Футбол. Тренировка "техники игровых эпизодов", начинающих после остановки игры: моногр. / Б.Г. Чирва. - М.: Дивизион, 2015. - 200 с.
16. Чирва, Б.Г. Футбол. Предыгровая разминка профессиональных футболистов / Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2011. - 967 с.

#### Для учащихся

1. Андрей Аршавин. Мы сделали это! История великой победы: моногр. . - М.: Проспект, 2008. - 208 с.
2. Ашмарин Б.А. Двигательные умения и навыки. Теория и методика физического воспитания: Учеб. пос., гл. IV. М., 1979. С.65-75.
3. Бенгсбо, Йенс Оборонительная тактика в футболе / Йенс Бенгсбо , Биргер Пейтерсон. - М.: Олимпийская литература, 2012. - 164 с.
4. Винокуров, О. В. Пеле: моногр. / О.В. Винокуров. - М.: Книжный клуб, 2001. - 136 с.
5. Владимир, Малов Тайны знаменитых футболистов / Малов Владимир. - М.: Оникс-ЛИТ, 2008. - 636 с.
6. Гиффорд, Клайв Все о футболе / Клайв Гиффорд. - М.: АСТ, Астрель, Кладезь, 2006. - 108 с.

7. Добронравов, Игорь Алексей Хомич. Биографический очерк / Игорь Добронравов. - М.: Книжный клуб, 2002. - 411 с.
8. Догановский, Дмитрий Зенит: история в лицах / Дмитрий Догановский. - М.: Иван Федоров, 2004. - 456 с.
9. Калянов, Г. Н. Московская футбольная лига 1910-1922 / Г.Н. Калянов. - Москва: Машиностроение, 2014. - 300 с.
10. Козловский «Юный футболист». - М. 1974 г.
11. Коробейник, А. В. Футбол. Самоучитель игры / А.В. Коробейник. - Москва: СПб. [и др.] : Питер, 2000. - 320 с.
12. Коробейников, А.А. Михеев, И.Г. Николенко «Физическое воспитание».-М. 1989 г.
13. Лаптев А.П. Режим футболиста. – 2-е изд., доп. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 80 с.
14. Лекух, Дмитрий Мы к вам приедем... - М.: Ад Маргинем, 2014. - 255 с.
15. Малов, В. И. 100 великих футболистов / В.И. Малов. - М.: Вече, 2004. - 432 с.
14. Малов, Владимир Игоревич 100 великих футбольных клубов / Малов Владимир Игоревич. - М.: Вече, 2012. - **357** с.
16. Правила игры в футбол. - М.: АСТ, Астрель, 2001. - 112 с.
17. Рабинер, Игорь EURO-2008. Бронзовая сказка России / Игорь Рабинер. - М.: Олма Медиа Групп, 2008. - 448 с.
18. Симаков, В. И. Игра в "стенку" / В.И. Симаков. - М.: Советская Россия, 2015. - **255** с.
19. Талиновский, Б. Звезды мирового футбола / Б. Талиновский. - М.: Фактор, 2011. - 195 с.
20. Хлеба и зрелищ. - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 495 с.
21. Чирва, Б. Г. Футбол. Базовые элементы тактики зонного прессинга: моногр. / Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 356 с.
22. Швыков, И. А. Подготовка вратарей в футбольной школе / И.А. Швыков. - М.: Терра-Спорт, 2005. - 435 с.
23. Яременко, Н. Н. Главные спортивные события - 2012 / Н.Н. Яременко. - М.: Эксмо, 2012. - 182 с.

## 4. Приложения

Приложение №1

### Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»

1-й год обучения

Группа: 1

№ п/п	Дата проведения:		Время и место проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
	по плану	факти- чески					
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Вводное занятие (2 ч)</b>							
1-2.				Беседа	2	Введение в программу. Начальная диагностика. Инструктаж по технике безопасности	Опрос, наблюдение
<b>История развития футбола (2 ч)</b>							
3-4.				Беседа, презентация	2	История развития футбола	Опрос, тест
<b>Элементарные понятия о футболе, как игре (8 ч)</b>							
5-6.				Беседа, тренинг	2	Элементарные понятия о футболе как игре.	Опрос, наблюдение
7-8.				Беседа, тренинг	2	Основы игры в футбол	Опрос, наблюдение
9-10.				Беседа, тренинг	2	Правила игры в футбол	Опрос, наблюдение
11-12.				Беседа, тренинг	2	Элементарные понятия о футболе как игре.	Наблюдение, анализ
<b>Основные упражнения и технические приемы (54 ч)</b>							
13-14.				Учебная игра	2	Стойка, передвижение, остановка, повороты игрока	Наблюдение, анализ
1	2	3	4	5	6	7	8
15-16.				Учебная игра	2	Стойка, передвижение, остановка, повороты игрока	Наблюдение, анализ
17-18.				Учебная игра	2	Ведение, остановка, передача мяча и удары по мячу	Наблюдение, анализ
19-20.				Учебная игра	2	Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы	Наблюдение, анализ
21-22.				Учебная игра	2	Ведение мяча «восьмеркой» поочередно меняя ногу	Наблюдение, анализ
23-24.				Учебная игра	2	Ведение мяча с обводкой стоек (фишек)	Наблюдение, анализ
25-26.				Учебная игра	2	Остановка мяча внутренней и внешней стороной стопы	Наблюдение, анализ
27-28.				Учебная игра	2	Остановка мяча подошвой и голенью	Наблюдение, анализ
29-30.				Учебная игра	2	Остановка мяча грудью	Наблюдение, анализ
31-32.				Учебная игра	2	Передача мяча внутренней и внешней стороной стопы	Наблюдение, анализ
33-34.				Учебная игра	2	Короткие и длинные передачи в парах, тройках	Наблюдение, анализ

35-36.				Учебная игра	2	Диагональные передачи в одно касание	Наблюдение, анализ
37-38.				Учебная игра	2	Освоение правильного положения ноги при ударе по мячу с места	Наблюдение, анализ
39-40.				Учебная игра	2	Удары по мячу внутренней и внешней стороной стопы с места	Наблюдение, анализ
41-42.				Учебная игра	2	Освоение правильного положения ноги при ударе по мячу с места	Наблюдение, анализ
43-44.				Учебная игра	2	Удары по мячу внутренней и внешней стороной стопы с места	Наблюдение, анализ
45-46.				Учебная игра	2	Изучение ударов с разбега	Наблюдение, анализ
47-48.				Учебная игра	2	Удары по мячу внутренней и внешне стороной стопы с разбега	Наблюдение, анализ
49-50.				Учебная игра	2	Удары по катящемуся мячу внутренней и внешней стороной стопы	Наблюдение, анализ
51-52.				Учебная игра	2	Удары по мячу подъемом	Наблюдение, анализ
53-54.				Учебная игра	2	Удары по мячу головой	Наблюдение, анализ
55-56.				Тренинг	2	Жонглирование мячом подъемом на месте	Тест
57-58.				Учебная игра	2	Бег в тройках по кругу с передачей и приемам мяча впереди бегущим игроком	Наблюдение, анализ
59-60.				Тренинг	2	Удары по воротам	Тест
1	2	3	4	5	6	7	8
61-62.				Учебная игра	2	Прием вратарем катящегося мяча	Наблюдение, анализ
63-64.				Учебная игра	2	Прием вратарем высоко и низко летящих мячей	Наблюдение, анализ
65-66.				Тренинг	2	Пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти	Тест
<b>Двусторонняя игра (5 ч)</b>							
67-68.				Соревнование	2	Двусторонняя игра	Зачет
69-70.				Соревнование	2	Двусторонняя игра	Зачет
71.				Учебная игра	1	Двусторонняя игра	Наблюдение, анализ
<b>Итоговое занятие (1 ч)</b>							
72.				Контрольное тестирование	1	Промежуточная аттестация	Тест

2-й год обучения

Группа: 1

№ п/п	Дата проведения:		Время и место проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
	по плану	факти- чески					
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Вводное занятие (2 ч)</b>							
1-2.				Беседа, практикум	2	Диагностика ЗУН. Инструктаж по ТБ. Правила оказания первой помощи.	Опрос, наблюдение
<b>Развитие общей физической подготовки (22 ч)</b>							
3-4.				Беседа, тренинг	2	Средства восстановления после нагрузки.	Опрос, наблюдение
5-6.				Беседа, тренинг	2	Упражнения на развитие скорости.	Опрос, тест
7-8.				Беседа, тренинг	2	Упражнения на развитие скорости.	Опрос, наблюдение
9- 10.				Беседа, тренинг	2	Упражнения на развитие выносливости	Опрос, наблюдение
11- 12				Беседа, тренинг	2	Упражнения на развитие ловкости.	Наблюдение, анализ
13- 14.				Беседа, тренинг	2	Упражнение на развитие гибкости.	Наблюдение, анализ
15- 16.				Беседа, тренинг	2	Упражнение на развитие силы.	Наблюдение, анализ
17- 18.				Беседа, тренинг	2	Бег в равномерном темпе.	Наблюдение, анализ
19- 20.				Беседа, тренинг	2	Эстафетный бег.	Тест
21- 22.				Беседа, тренинг	2	Упражнения на развитие прыгучести	Наблюдение, анализ
23- 24.				Беседа, тренинг	2	Бег с препятствиями	Наблюдение, анализ
<b>Техническая подготовка (22 ч)</b>							
25- 26.				Беседа, презентация	2	Влияние физических и природных факторов на технику футболиста	Опрос
1	2	3	4	5	6	7	8
27- 28.				Учебная игра	2	Удары по катящемуся мячу. Удары внутренней и внешней стороной стопы	Наблюдение, анализ
29- 30.				Учебная игра	2	Удары подъёмом. Остановка катящегося мяча подъёмом и подошвой	Наблюдение, анализ
31- 32.				Учебная игра	2	Остановка мяча грудью Удары по мячу головой	Наблюдение, анализ
33- 34.				Учебная игра	2	Обводка на медленной скорости. Передача мяча партнёру	Наблюдение, анализ
35- 36.				Учебная игра	2	Ловля низколетящего мяча вратарём. Ведение мяча, внутренней стороной стопы	Наблюдение, анализ

37-38.				Учебная игра	2	Ведение внешней стороной стопы	Наблюдение, анализ
39-40.				Учебная игра	2	Ведение между стоек	Наблюдение, анализ
41-42.				Учебная игра	2	Ведение сильной и слабой ногой	Наблюдение, анализ
43-44.				Тренинг	2	Удары внутренней, внешней стороной стопы. Удары подъёмом	Тест
45-46.				Соревнование	2	Двухсторонняя игра	Наблюдение, анализ
<b>Подвижные игры с элементами футбола (8 ч)</b>							
47-48.				Беседа	2	Правила подвижных игр с элементами футбола.	Тест
49-50.				Учебная игра	2	«Волейбол ногами». «Гандбол с элементами игрой головой»	Наблюдение, анализ
51-52.				Соревнование	2	«Отдай мяч капитану» «Салки мячом»	Наблюдение, анализ
53-54.				Контрольная игра	2	«Собачки». «Игра в четверо ворот»	Зачет
<b>Терминология в футболе (8 ч)</b>							
55-56.				Беседа	2	Боковая, аут, золотой мяч, разметка, ворота.	Беседа, опрос
57-58.				Беседа. Видео.	2	Пляжный футбол. Мини-футбол. Футзал	Беседа, опрос.
59-60.				Беседа. Видео	2	Гетры, бутсы, экипировка вратаря.	Тест
61-62.				Беседа. Видео	2	Вне игры	Опрос
<b>Контрольная диагностика (4 ч)</b>							
63-64.				Соревнование	2	Промежуточная аттестация. Ведение мяча на скорость. Жонглирование мяча. Удар на дальность. Удар на точность	Тест
65-66.				Соревнование	2	Промежуточная аттестация. Игровое тестирование. КПД в игровой деятельности.	Тест
<b>Легенды мирового футбола (5 ч)</b>							
67-68.				Беседа. Видео	2	Пеле. Гарринча. Пушкаш Эйсебио. Метьюз. Яшин. Ривера.	Опрос, презентации
	1	2	3	4	5	6	7
69-70.				Беседа. Видео	2	Кройф. Беккенбауэр. Мюллер. Платини. Марадона. Ван Бастен. Гуллит.	Опрос, презентации
71.				Беседа. Видео	1	Маттеус. Клинман. Зидан.	Презентации
<b>Итоговое занятие (1 ч)</b>							
72.				Конкурс	1	Представление презентаций	Протокол

3-й год обучения

Группа: 1

№ п/п	Дата проведения:		Время и место проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
	по плану	факти- чески					
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Входная диагностика (2 ч)</b>							
1-2.				Беседа, практикум	2	Диагностика ЗУН Инструктаж по ТБ. Первая помощь при спортивных травмах, закаливание	Тест
<b>Развитие общей физической подготовки (8 ч)</b>							
3- 4.				Контрольное занятие	2	Бег на 100, 500 и 1000 метров. Упражнения с гантелями.	Нормативы
5- 6.				Контрольное занятие	2	Бег на 3000 метров Упражнения со штангой.	Нормативы
7- 8.				Тренинг	2	Баскетбол без ведения.	Мини-тест
9-10.				Тренинг	2	Гандбол с элементами игры головой	Мини-тест
<b>Развитие специальной физической подготовки (10 ч)</b>							
11- 12.				Мастер-класс, тренинг	2	Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол. Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью	Учебная игра, наблюдение, анализ
13- 14.				Тренинг	2	Челночный бег 3-10, 4-5. Рывки и ускорения с мячом	Наблюдение, анализ
15- 16.				Тренинг	2	Прыжки и бег с отягощениями	Наблюдение, анализ
17- 18.				Тренинг	2	Полоса препятствий с мячом.	Наблюдение, анализ
19- 20.				Тренинг	2	Игровые упражнения с повышенной интенсивностью	Наблюдение, анализ
<b>Специальные упражнения и технические приемы (40 ч)</b>							
21- 22.				Беседа, практикум	2	Особенность специальных упражнений для полевых игроков и вратаря	Учебная игра, наблюдение, анализ
23- 26.				Мастер-класс, тренинг	4	Обводка игроков, переброс мяча	Учебная игра, наблюдение, анализ
27- 28.				Тренинг	2	Жонглирование бедром и головой	Учебная игра, наблюдение, анализ
1	2	3	4	5	6	7	8
29- 30.				Тренинг	2	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Учебная игра, наблюдение, анализ
31-				Тренинг	2	Ведение и остановка мяча	Учебная игра,

32.						различными способами	наблюдение, анализ
33-34.				Тренинг	2	Дальние и ближние передачи по диагонали и вдоль поля	Учебная игра, наблюдение, анализ
35-36.				Тренинг	2	Ближние и дальние передачи в парах, тройках	Учебная игра, наблюдение, анализ
37-38.				Тренинг	2	Удары по воротам различными способами	Учебная игра, наблюдение, анализ
39-40.				Тренинг	2	Дальние удары по воротам различными способами	Учебная игра, наблюдение, анализ
41-42.				Тренинг	2	Ведение мяча с последующим ударом по воротам	Учебная игра, наблюдение, анализ
43-44.				Тренинг	2	Удары по воротам после прострела	Учебная игра, наблюдение, анализ
45-46.				Тренинг	2	Отбор мяча различными способами	Учебная игра, наблюдение, анализ
47-48.				Тренинг	2	Подкат с тыла, встречный подкат	Учебная игра, наблюдение, анализ
49-50.				Тренинг	2	Отбор мяча подкатом	Учебная игра, наблюдение
51-52.				Тренинг	2	Финты и их выполнение	Учебная игра, наблюдение
53-54.				Тренинг	2	Бросок вратаря за мячом, отбивание мяча кулаком	Учебная игра, наблюдение, анализ
55-56.				Тренинг	2	Игра вратаря на выходах	Учебная игра, наблюдение
57-58.				Контрольное занятие	2	Поддача угловых ударов	Нормативы
59-60.				Контрольное занятие	2	Пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти	Нормативы
<b>Учебно-тренировочная игра с заданием (8 ч.)</b>							
61-62.				Беседа, практикум	2	Тактические действия игры в защите и нападении.	Наблюдение, анализ
63-64.				Соревнование, тестирование	2	Взаимодействие игроков в защите. Действие защитников при подаче угловых, штрафных ударов	Учебная игра, наблюдение, анализ, тест
65-66.				Соревнование, тестирование	2	Взаимодействие игроков при игре в 3, 4 защитника. Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов, штрафных ударов	Учебная игра, наблюдение, анализ, тест

1	2	3	4	5	6	7	8
67-68.				Соревнование, тестирование	2	Взаимодействие игроков при игре в одного нападающего, в два нападающих	Учебная игра, наблюдение, анализ, тест
<b>Двусторонняя игра (2 ч.)</b>							
69-70.				Футбольный праздник	2	Итоговая аттестация	Учебная игра, тест
<b>Итоговое занятие (2 ч.)</b>							
71-72.				Круглый стол	2	Подведение итогов. Обсуждение, выводы	Анализ, рекомендации

**Карты проверки результатов**  
**Сдача контрольных нормативов на уровень физической готовности**  
**По окончании 1 года обучения**  
**12-15 лет**

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	6,1	5,5-5,0	5,2
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10 м (с )	9,3	8,7-8,5	8,4
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	140	160-185	190
4.	Выносливость	6-минутный бег	1000	1100-1200	1250
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	5-6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	4-5	6

**7-11 лет**

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с )	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150
4.	Выносливость	6-минутный бег	800	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	1	2	4

**Тест - Удары по воротам на точность.** Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров «сильной» ногой любым способом. Низкий-4 раза. Средний- 5 раз. Высокий- 6 раз.

**Тест - Жонглирование мячом.** Выполняются удары любой частью тела, кроме рук. Низкий- 5 раз. Средний- 10 раз. Высокий- 12 раз

**Тест - Удары по катящемуся мячу по воротам 2 из 3.** Удары производятся с расстояния не ближе 15 метров. Пробивается 10 ударов. Низкий- 4 попадания. Средний- 5 попаданий. Высокий- 6 попаданий.

**По окончании 2 года обучения**  
**12-15 лет**

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	6,0	5,6-5,9	5,2
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с )	9,5	8,6-8,4	8,3
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	140	170-185	200
4.	Выносливость	6-минутный бег	1030	1100-1200	1300
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	6-8	9
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	5-6	7

**7-11 лет**

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с )	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	135	140	160

4.	Выносливость	6-минутный бег	900	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	3	5

**Тест - «Восьмёрка».** Связан с обеганием пяти стоек, установленных в 10 мерах одна от другой, в углах и в центре квадрата. По сигналу футболист начинает движение с мячом от стойки, последовательно обводит остальные стойки. Низкий - 20с, средний – 18с, высокий - 16с.

**Тест - Удары по воротам на точность.** Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров каждой ногой любым способом. Низкий - 5 попаданий, средний – 6, высокий – 7.

**Тест - Жонглирование мячом.** Выполняются удары любой частью тела, кроме рук (Низкий - 15 раз, средний – 25, высокий - 40). Набивание головой (Низкий - 5 раз, средний – 7, высокий - 10).

**Тест - Передача в пара.** Выполняются передачи через фишки 50 см. Расстояние между пасущими 8 метров. Передачи выполняются в одно касание. Низкий - 10 передач, средний – 14, высокий – 16.

### По окончании 3 года обучения

#### 12-15 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	5,9	5,5-5,1	4,8
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с )	9,1	8,7-8.3	8,1
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	155	180-195	200
4.	Выносливость	6-минутный бег	1030	1200-1300	1400
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	3	7-9	10
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	6-7	8

#### 7-11 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м (с)	6,5	6.0	5,6
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с )	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	135	145	165
4.	Выносливость	6-минутный бег (м)	950	1050	1150
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	4	6

**Тест - Жонглирование мячом.** Выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней, и внешней частями подъёма), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности, без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром. Низкий - 15 раз, средний – 20, высокий – 25.

**Тест -** Футболисты посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Расстояние до ворот 10 метров. Низкий - 2 попадания, средний – 3, высокий – 4.

**Тест - Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам.** Выполняется с линии старта (30 м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой 4 стойки (первая стойка ставится в 10 метрах от штрафной площадки, а через каждые 2 м ставятся ещё 3 стойки) и, не доходя до штрафной, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. Если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Низкий - 12с, средний - 11с, высокий - 10с.

**Вратари выполняют следующие упражнения:**

1. Удар по мячу с рук на дальность (разбег не более 4 шагов). Выполняется по коридору 10 метров. Низкий - 25 м, средний - 30 м, высокий - 35 м.
2. Вбрасывание мяча рукой на дальность. Выполняется по коридору шириной 3 метра, разбег не более 4 шагов. Низкий - 20 м, средний - 25 м, высокий - 28 м.

### Протокол оценки презентаций

Параметры	Максимальное кол-во баллов
<b>Структура презентации</b>	
Правильное оформление титульного листа	10
Отмечены информационные ресурсы,	10
Логическая последовательность информации на слайдах	10
<b>Оформление презентации</b>	
Единый стиль оформления	10
Текст легко читается, фон сочетается с текстом	10
Использование анимационных объектов	10
Правильность изложения текста	10
<b>Содержание презентации</b>	
Доступность информации для выбранной категории слушателей	10
Полнота представления информации	10
<b>Эффект презентации</b>	
Общее впечатление от просмотра презентации	10
<b>Сумма баллов</b>	<b>100</b>

**Критерии оценки презентаций:** от 1 до 10 баллов

**Шкала перевода:** Высокий уровень - 70 – 100 баллов, Средний уровень - 30 – 69 баллов

Низкий уровень - 0– 29 баллов

## УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ УСЛУГАМИ

### АНКЕТА для родителей

#### Выбор учреждения дополнительного образования

*Отметьте знаком «+» выбранный вами ответ.*

1. Что способствовало выбору вами данного УДОД?
  - близкое расположение к дому;
  - хорошие отзывы о нем ваших знакомых;
  - реклама данного учреждения, увиденная вами в СМИ;
  - что-то еще \_\_\_\_\_

---

2. Что привлекает вас в образе руководителя выбранного вами УДОД?
  - профессионализм;
  - интеллигентность;
  - высокий рейтинг среди других руководителей;
  - что-то еще \_\_\_\_\_
3. Как вы оцениваете качество образовательных услуг данного УДОД?
  - высоко;
  - средне;
  - удовлетворительно;
  - низко.
4. Удовлетворяет ли вас уровень комфортности образовательной среды?
  - полностью;
  - частично;
  - не удовлетворяет.
5. Удовлетворяет ли вас стиль взаимоотношений участников образовательного процесса (*оцените по пятибалльной системе*)?
  - ученик-учитель \_\_\_\_\_
  - учитель-учитель \_\_\_\_\_
  - учитель-родитель \_\_\_\_\_
6. Реализуются ли ваши целевые установки от посещения УДОД?
  - выбор будущей профессии;
  - заполнение досуга;
  - укрепление здоровья;
  - возможность самоутверждения ребенка среди сверстников.
7. Удовлетворяют ли вас условия, в которых занимается ваш ребенок (*оцените по пятибалльной системе*)?
  - материально-техническое обеспечение \_\_\_\_\_
  - санитарно-гигиенические условия \_\_\_\_\_
  - учебное обеспечение \_\_\_\_\_

#### Обработка анкеты

№п/п	Вопросы анкеты	Общее количество опрошенных	% от общего кол-ва
1			
2			
3			
4			
5			
6			

Виды оценки: количественная (% соответствия) и качественная (ранжирование по 10-ти балльной шкале (1 место, 2 место и т.д.)

Алгоритм обработки результатов:

1. Расчет процентного соотношения ответов по каждой их позиции от общего числа респондентов.
2. Распределение полученных данных по критериям исследования (см. задачи исследования).
3. Анализ данных по каждой исследуемой группе.
4. По результатам исследования составить аналитический отчет, разработать рекомендации.

### АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Уважаемые родители!

Приглашаем вас принять участие в исследовании, результаты которого позволят в дальнейшем более квалифицированно и с большей пользой для вашего ребенка решать вопросы образования и воспитания!

В какой степени Вы удовлетворены качеством образовательных услуг данного объединения? (Чтобы ответить на этот вопрос, отметьте, пожалуйста, каждый пункт таблицы соответствующей оценкой - по 5-балльной шкале слева.) Справа запишите Ваши предложения. Поставьте

5 баллов - если Вы полностью удовлетворены;

4 балла - скорее удовлетворены, чем нет;

3 балла - трудно сказать (и да, и нет);

2 балла - скорее не удовлетворены;

1 балл - совсем не удовлетворены.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели</i>	<i>Ваши предложения</i>
	Перечень изучаемых предметов	
	Содержание изучаемых предметов, насыщенность их новым, интересным материалом	
	Формы и методы обучения	
	Культура общения между педагогами и детьми	
	Уровень квалификации и качество работы педагогов	
	Условия, в которых занимается ребенок	
	Культура общения между педагогами и родителями	
	Организация разнообразной деятельности детей (тренировки, соревнования и др.)	
	Результаты занятий Вашего ребенка (изменения в его личности, физические и спортивные достижения и пр.)	
	Режим работы коллектива	

Спасибо!

### **Обработка анкеты**

Виды оценки: качественная (5-ти балльная шкала).

Алгоритм обработки результатов:

1. Расчет балльного соотношения ответов по каждой их позиции от общего числа респондентов.
2. Распределение полученных данных. Анализ данных по каждой исследуемой группе.

3. По результатам исследования составить аналитический отчет, разработать рекомендации.

### АНКЕТА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

Дорогой друг!

Прослушай следующие утверждения и оцени степень согласия с их содержанием по следующей шкале: 5 - совершенно согласен; 4 – согласен; 3 - трудно сказать; 2 – не согласен; 1 - совершенно не согласен.

<i>Оценка</i>	<i>Показатели</i>	<i>Твои предложения</i>
	Знания и умения, которые я здесь получаю, имеют значение для моей будущей профессии.	
	Считаю, что объединение по-настоящему готовит меня к самостоятельной жизни.	
	Получаю возможность поднять свой авторитет среди друзей.	
	Здесь всегда хорошие отношения между взрослыми и ребятами.	
	Постоянно узнаю много нового.	
	Занятия в коллективе дают возможность лучше понять самого себя.	
	Считаю, что в нашем коллективе созданы все условия для развития моих способностей.	
	Я доволен своими достижениями.	
	К нашим педагогам можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.	
	Я иду в объединение с радостью.	

#### Обработка анкеты

Виды оценки: качественная (5-ти бальная шкала).

Алгоритм обработки результатов:

1. Расчет балльного соотношения ответов по каждой их позиции от общего числа респондентов.
2. Распределение полученных данных. Анализ данных по каждой исследуемой группе.
3. По результатам исследования составить аналитический отчет, разработать рекомендации.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340248

Владелец Мещерских Алексей Олегович

Действителен с 03.12.2025 по 03.12.2026