

Отдел образования администрации Архаринского района

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа» п. Архара


СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет
Протокол № 2 от 28.01.2022

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБУ ДО «ДЮСШ» п. Архара


Приказ № 45 от 28.01.2022.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности

ФУТБОЛ

Возраст обучающихся: 7-14 лет

Срок реализации: 9 месяцев

Уровень программы: базовый

Автор-составитель:

Бригарная Светлана Станиславовна – методист,
первая квалификационная категория

Архара, 2022 год

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	2
1.1.	Пояснительная записка	3-5
1.2.	Цель и задачи программы	6
1.3.	Содержание программы	6-8
1.4.	Планируемые результаты	8-9
2.	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1.	Календарный учебный график	9-14
2.2.	Формы аттестации и оценочные материалы	14-16
2.3.	Условия реализации программы	16-17
2.4.	Методическое обеспечение программы	17-19
2.5.	Литература и информационные ресурсы	19-20

Раздел 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» направлена на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, а также на развитие творческой личности, получение начальных знаний в области физической культуры и спорта.

Программа составлена на основе законодательных и нормативно-правовых документов (перечень представлен в разделе 2.3.).

Программа «Футбол» составлена для спортивно-оздоровительных групп спортивной школы, имеет базовый уровень освоения материала.

За основу данной программы взята типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР (Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., изд. «Советский спорт» М. 2011 г.).

Актуальность программы. Программа разработана с учетом современных нормативных требований в системе дополнительного образования. Актуальность программы обусловлена тем, что она позволяет удовлетворить социальный заказ населения района, так как игра в футбол обеспечивает простоту и доступность для широких масс потребителей образовательной услуги. Занятия футболом позволяют регулировать физические и психические нагрузки на организм человека в зависимости от возраста, физического развития и состояния здоровья.

Новизна программы заключается в том, что она дает возможность всем желающим школьникам в условиях дополнительного образования более

качественно освоить навыки игры в футбол, так как в школьной программе на данный вид спорта отводится недостаточное количество часов. Программа пробуждает у детей стойкий интерес к избранному виду спорта.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что, с учетом имеющейся материально-технической базы, она позволяет проводить занятия в различных игровых формах. Разнообразие форм и методов проведения оздоровительных занятий обеспечивает разностороннее развитие детей, улучшает эмоциональный фон тренировочной обстановки и способствует достаточному усвоению материала.

Отличительная особенность данной программы в том, что в учебном плане предусмотрено увеличение количества часов на раздел «Общая физическая подготовка». Это обусловлено тем, что основная деятельность тренера направлена, прежде всего, на развитие и укрепление здоровья обучающихся. Уровень физической подготовленности у детей на момент поступления в объединение различный. Общая физическая подготовка дает возможность выбрать для каждого ребенка индивидуальную нагрузку для максимально комфортного гармоничного развития.

Адресат программы. Осваивать программу могут обучающиеся от 7 до 14 лет, независимо от пола и уровня подготовленности. Группы комплектуются из обучающихся разных возрастов. Состав группы постоянный. В объединение принимаются все желающие заниматься спортом. Обучающиеся должны иметь медицинское заключение об отсутствии противопоказаний для занятий футболом. Зачисление в объединение производится по заявлениям родителей (законных представителей).

Индивидуально-психологические особенности обучающихся.

Основной контингент спортивно-оздоровительной группы объединения «Футбол» - это обучающиеся начальной школы. У детей младшего школьного возраста совершенствуются и закрепляются навыки всех способов

владения мячом. Дети отличаются высокой двигательной активностью, им лучше удаются движения, требующие гибкости и скорости, но сила и выносливость пока ещё не велики. Игра продолжает оставаться ведущей деятельностью этого возраста. В результате упражнений движения детей становятся координированными, они овладевают умением управлять мячом, разучивают элементы спортивных игр. Игровые упражнения с мячом развивают товарищеские взаимоотношения, основанные на сотрудничестве и взаимопомощи. К 10-11 годам обучающиеся овладевают практически всеми видами физической активности. Могут легко освоить элементы спортивных игр. Они начинают относительно быстро двигаться в пространстве. Дети уже способны дифференцировать свои мышечные усилия, могут выполнять упражнения с различной амплитудой, переходя от медленных к быстрым движениям по заданию. Ребята способны осуществлять контроль выполняемых действий. Также у детей среднего школьного возраста появляется аналитическое восприятие разучиваемых движений, что значительно ускоряет формирование двигательных навыков.

Формы обучения.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- контрольные испытания в форме тестирования;
- соревнования, спортивно-массовые мероприятия.

Самостоятельная работа обучающихся допускается в таких предметных областях, как теория и методика физической культуры и спорта, общая физическая подготовка, подвижные игры. Тренер-преподаватель осуществляет контроль над самостоятельной работой обучающихся на основании ведения дневника самоконтроля.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 9 месяцев обучения. Общее количество учебных часов - 108. Программный материал

распределен на 36 недель учебно - тренировочных занятий. Занятия начинаются с 1 сентября 2022 года по 31 мая 2023 года.

Форма обучения – очная.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Общее количество часов в неделю - 3. Продолжительность учебно-тренировочных занятий – не более 1,5 академических часов в день (1 академический час – 45 минут, перерыв между занятиями 10 минут).

1.2.ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы:

Формирование устойчивых мотивов к занятиям футболом, культуры здорового и безопасного образа жизни, личностного развития обучающихся.

Основные задачи программы:

1. Обучить основам техники и тактики игры в футбол;
2. Развивать физические качества обучающихся (выносливость, быстроту, скорость, силовые и координационные возможности);
3. Формировать устойчивый интерес, мотивацию к занятиям игровыми видами спорта и к здоровому образу жизни;
4. Выявлять задатки, способности и спортивную одаренность обучающихся, содействовать гармоничному физическому развитию.
5. Прививать навыки работы в группе, коллективе.

1.3.СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (36 учебных недель)

№	Разделы программы	Кол-во часов в год	В том числе		Формы контроля/ аттестации
			Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	16	16	-	Тестирование, опрос.

2	Общая физическая подготовка	40	-	40	Текущий и промежуточный контроль.
3	Специальная физическая подготовка	25	-	25	Текущий и промежуточный контроль.
4	Техническая и тактическая подготовка	24	-	24	Текущий и промежуточный контроль
5	Контрольные упражнения и соревнования	3	-	3	Протоколы приема нормативов и соревнований.
	Всего часов	108	16	92	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

Теоретическая подготовка – 16 часов.

Вводное занятие. Краткие исторические сведения о развитии физической культуры и спорта в России. Краткий обзор развития футбола.

Правила поведения и техники безопасности на занятиях футболом.

Предупреждение употребления негативных веществ;

Врачебный контроль и самоконтроль;

Гигиена, закаливание, режим дня и питание футболистов.

Влияние занятий футболом на организм школьников;

Основы личной безопасности и профилактика травматизма при занятиях футболом;

Общая физическая подготовка (ОФП) – 40 часов.

Общеподготовительные упражнения. Строевые и порядковые упражнения: общие понятия о строевых упражнениях и командах.

Ходьба. Бег. Прыжки. Метания. Переползания.

Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса; для туловища; для ног; для формирования правильной осанки; на расслабление; дыхательные упражнения.

Упражнения с предметами: со скакалкой; гимнастической палкой; упражнения с теннисным мячом; упражнения с набивным мячом; упражнения с гантелями; упражнения со стулом.

Упражнения на гимнастических снарядах: на гимнастической скамейке; на гимнастической стенке; на кольцах и перекладине.

Подвижные игры и эстафеты.

Спортивные игры.

Специальная физическая подготовка (СФП) – 25 часов.

Акробатические упражнения.

Упражнения для развития специально-силовых и скоростно-силовых качеств

Упражнения специальной скоростной направленности.

Упражнения для развития быстроты двигательных реакций.

Упражнения для развития специальных координационных качеств.

Упражнения для развития гибкости.

Упражнения для развития специальной (скоростной) выносливости.

Техническая и тактическая подготовка – 24 часов.

Ведение мяча.

Жонглирование мячом.

Остановка мяча.

Передачи мяча.

Удары по неподвижному мячу.

Удары по движущемуся мячу.

Удары после приёма мяча.

Удары в затруднённых условиях.

Удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры.

Удары в реальной игре.

Обводка соперника (без борьбы или в борьбе).

Отбор мяча у соперника.

Вбрасывание мяча из аута.

Техника передвижения в игре.

Контрольные упражнения и соревнования – 3 часа.

Участие во внутришкольных, районных, межрайонных, региональных соревнованиях, товарищеских встречах.

Выполнение контрольных нормативов по общей физической подготовке и технике игры в футбол.

1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результатом освоения Программы по футболу является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:

- будут знать основные техники и тактики игры в футбол, соответствующие возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок;
- будут развиты основные физические качества (гибкость, быстрота, сила, координация, выносливость) и психологические качества, их гармоничное сочетание применительно к специфике футбола;
- будут выявлены задатки, способности и спортивная одаренность обучающихся, содействовать гармоничному физическому развитию;
- будут привиты навыки работы в группе, коллективе;
- укрепится здоровье, повысится уровень физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействия гармоничному физическому развитию.

Раздел 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало занятий – 01.09.2022

Окончание занятий – 31.05.2023

Количество учебных недель – 36

Количество учебных дней – 72

Количество учебных часов - 108

№	Дата	Время	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			Групповая	1,5	Техника безопасности. Футбольные правила.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос.
2			Групповая	1,5	Обучение ведению мяча по прямой средней частью подъёма.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
3			Групповая	1,5	Обучение остановке мяча подошвой в процессе ведения.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
4			Групповая	1,5	Обучение ударам средней частью подъёма.	Стадион Юность	Наблюдение, анкетирование.
5			Групповая	1,5	Прямой и резанный удар по мячу.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос.
6			Групповая	1,5	Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы по неподвижному мячу справа и слева.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
7			Групповая	1,5	Удары правой и левой ногой: внешней частью подъёма по неподвижному мячу справа и слева.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
8			Групповая	1,5	Удары правой и левой ногой: внутренней частью подъёма по подвижному мячу справа и слева.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
9			Групповая	1,5	Удары правой и левой ногой: внешней частью подъёма по подвижному мячу справа и слева.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
10			Групповая	1,5	Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
11			Групповая	1,5	Совершенствование остановки мяча подошвой в процессе ведения.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
12			Групповая	1,5	Совершенствование ударов средней частью подъёма. Обучение ударам внутренней частью подошвы.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
13			Групповая	1,5	Техника падения; Обучение обманному движению на удар с уходом влево или вправо на месте и в движении.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
14			Групповая	1,5	Обучение отбору мяча с выбиванием, выпадом.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
15			Групповая	1,5	Совершенствование отбора мяча с выпадом. Обучение отбору мяча подкатом.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
16			Групповая	1,5	Обучение удару внутренней	Стадион Юность	Наблюдение,

			вая		стороной стопы. Обучение остановке внутренней стороной стопы.	Юность	опрос, анализ
17			Группо вая	1,5	Основная стойка в воротах на месте и в движении (приставными шагами, скрестным шагом, прыжком)	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
18			Группо вая	1,5	Прием мяча, летящего навстречу и в сторону на высоте груди и живота.. Совершенствование приема мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
19			Группо вая	1,5	Удар футбольного мяча на дальность. Вбрасывание футбольного мяча.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
20			Группо вая	1,5	Ведение мяча серединой подъема с остановкой его подошвой во время ведения.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
21			Группо вая	1,5	Удар средней частью подъема. Совершенствование остановки мяча подошвой.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
22			Группо вая	1,5	Удар средней частью подъема по неподвижному мячу. Совершенствование остановки мяча подошвой.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
23			Группо вая	1,5	Удар средней частью подъема по неподвижному мячу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
24			Группо вая	1,5	Удар внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
25			Группо вая	1,5	Совершенствование ударов внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
26			Группо вая	1,5	Выбивание мяча носком у партнера, ведущего мяч сбоку.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
27			Группо вая	1,5	Ведение мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
28			Группо вая	1,5	Ведение мяча зигзагами	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
29			Группо вая	1,5	Совершенствование ведения мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
30			Группо	1,5	2.Ведение мяча 10м, и удар	ДЮСШ	Наблюдение,

			вая		внутренней частью подъема в цель.		опрос, анализ
31			Группо вая	1,5	Совершенствование ведения мяча внутренней стороной стопы попеременно правой и левой ногой.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
32			Группо вая	1,5	Совершенствование ведения мяча внутренней стороной стопы с обводкой трех стоек и завершающим ударом.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
33			Группо вая	1,5	Удар по воротам внутренней частью подъема по катящемуся и прыгающему навстречу мячу спереди и сбоку.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
34			Группо вая	1,5	Удар внутренней стороной стопы. Обучение остановкам и передачам внутренней стороной стопы.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
35			Группо вая	1,5	Удар головой по подвешенному мячу. Обучение вбрасыванию мяча.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
36			Группо вая	1,5	Совершенствование отбора мяча выпадам, подкатом	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
37			Группо вая	1,5	Передача и остановка мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
38			Группо вая	1,5	Соревнования	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
39			Группо вая	1,5	Ведение мяча зигзагами, чередуя толчки внутренней стороной стопы левой и правой ног.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
40			Группо вая	1,5	Ведение мяча средней частью подъема и остановки подошвой по зрительному сигналу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
41			Группо вая	1,5	Совершенствование удара средней частью подъема в цель.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
42			Группо вая	1,5	Совершенствование ударов головой по подвешенному и подброшенному над собой мячу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
43			Группо вая	1,5	Замах правой ногой влево над неподвижным мячом с последующим переносом за мяч.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
44			Группо вая	1,5	Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах с продвижением.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
45			Группо вая	1,5	Совершенствование ударов средней частью подъема по катящемуся навстречу мячу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
46			Группо	1,5	Совершенствование передачи и	ДЮСШ	Наблюдение,

			вая		остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении.		опрос, анализ
47			Группо вая	1,5	Обучение подбиванию мяча.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
48			Группо вая	1,5	Совершенствование удара средней частью подъема в цель.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
49			Группо вая	1,5	Совершенствование передачи мяча внутренней частью подъема с остановками внутренней стороной стопы.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
50			Группо вая	1,5	Удар головой в кольцо-мишень с расстояния 2м после набрасывания мяча партнером.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
51			Группо вая	1,5	Совершенствование ведения мяча с остановкой по зрительному сигналу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
52			Группо вая	1,5	Ведение мяча с выполнением обманного движения на остановку около стойки. Обводка пассивно атакующего противника при помощи обманного движения на остановку.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
53			Группо вая	1,5	Вбрасывание мяча партнеру с места из положения ноги вместе для остановки его внутренней стороной стопы.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
54			Группо вая	1,5	Передача мяча внутренней частью подъема на ход партнеру для остановки его подошвой или внутренней стороной стопы.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
55			Группо вая	1,5	Ведение мяча с последующей передачей партнеру, начавшему встречное движение без мяча.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
56			Группо вая	1,5	Ведение мяча с последующей передачей партнеру, открывающемуся для приема мяча сбоку.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
57			Группо вая	1,5	Совершенствование ведения мяча, обводки трех стоек с последующим ударом внутренней частью подъема в цель.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
58			Группо вая	1,5	Вбрасывание мяча из положения ноги врозь на ход партнеру, приему мяча партнером, с последующим ведением и ударом внутренней частью подъема в цель.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
59			Группо вая	1,5	Совершенствование ведения мяча, обводки трех стоек с применением	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ

					обманного движения на удар и с последующим ударом средней частью подъема в цель.		
60			Групповая	1,5	Совершенствование ведения мяча, обводки стойки и футболиста, выполняющего пассивный отбор мяча, с применением обманного движения на удар и с последующим ударом средней частью подъема в цель.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
61			Групповая	1,5	Обучение ударам головой по воротам с расстояния 2-3м после набрасывания мяча партнером.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
62			Групповая	1,5	Обучение остановке мяча грудью и бедром.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
63			Групповая	1,5	Ведение мяча по прямой с имитацией остановки подошвой по зрительному сигналу.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
64			Групповая	1,5	Совершенствование обманного движения на остановку мяча во время ведения.	ДЮСШ	Наблюдение, опрос, анализ
65			Групповая	1,5	Подвижная игра с элементами футбола.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
66			Групповая	1,5	Обучение развитию атаки флангом крайним защитником и нападающим.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
67			Групповая	1,5	Прием мяча, катящегося навстречу по земле и летящего навстречу на уровне живота и груди.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
68			Групповая	1,5	Прием мяча, летящего выше уровня головы навстречу вратарю. Обучение ввода мяча на точность.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
69			Групповая	1,5	Подготовка к соревнованиям.	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
70			Групповая	1,5	Соревнования	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
71			Групповая	1,5	Подготовка к выполнению контрольно-переводных нормативов	Стадион Юность	Наблюдение, опрос, анализ
72			Индивидуальная	1,5	Выполнение контрольно-переводных нормативов	Стадион Юность	Протокол

2.2. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы подведения итогов программы: промежуточная аттестация.

Промежуточный контроль: контрольные и открытые занятия, прием контрольно-переводных нормативов.

Формы отслеживания и фиксации результатов: журнал посещаемости, дневник наблюдений, протоколы соревнований и сдачи контрольных нормативов.

Текущий контроль: наблюдения тренера; учет количества и оценивание уровня соревнований, в которых участвует обучающийся; результативность участия в соревнованиях.

Формы предъявления и демонстрации результатов: итоговый отчет, соревнования, сдача контрольных нормативов, анкеты, тесты.

Подведение итогов освоения программы проводится в виде показательных соревнований с приглашением родителей занимающихся. Для спортивно-оздоровительных групп нормативы носят контролирующий характер, и являются важнейшим критерием для перевода занимающихся на этап начальной подготовки многолетней спортивной тренировки.

Основными критериями оценки занимающихся на спортивно-оздоровительном этапе являются:

- регулярность посещения занятий;
- положительная динамика развития физических качеств занимающихся;
- уровень освоения теоретических знаний и умений по основам физической культуры и спорта, гигиены, самоконтроля;
- отсутствие медицинских противопоказаний для занятий.

КОНТРОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Нормативы для спортивно-оздоровительных групп в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 6,6 с)	Бег на 30 м со старта (не более 6,9 с)
	Бег на 60 м со старта (не	Бег на 60 м со старта (не

	более 11,8 с)	более 12,0 с)
	Челночный бег 3x10 м (не более 9,3 с)	Челночный бег на 3x10 м (не более 9,5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)
	Тройной прыжок (не менее 12 см)	Тройной прыжок (не менее 12 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 12 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 10 см)
Выносливость	Бег на 1000 м	Бег на 1000 м

2.3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-технические условия:

- наличие специально оборудованных помещений (спортивного зала, тренажерных залов, футбольного поля на стадионе) соответствующих нормам СанПиН;
- наличие оборудования, спортивного инвентаря, спортивной экипировки:

№	Наименование	Единица измерения	количество
	Мяч футбольный	штук	20
	Мяч набивной	штук	10
	Мат гимнастический	штук	6
	Стенка гимнастическая	штук	5
	Скамейка гимнастическая	штук	5
	Конус	штук	20
	Фишки	штук	20
	Скакалка	штук	20
	Утяжелитель	штук	10

	Спортивная форма (футболка, шорты, гетры, щитки и т.д.)	комплект	20
	Спортивная обувь	штук	20
	Секундомер	штук	2
	Рулетка	штук	1
	Информационное табло, информационная доска	штук	1
	Звуковая и видеоаппаратура	штук	1
	Медицинская аптечка	штук	1

Педагогические условия:

- учет индивидуальных и возрастных особенностей подростков в использовании форм, средств и способов реализации программы объединения «футбол»;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с подростками;
- создание условий для развития воспитанника и его способностей.

Методические условия:

- наличие необходимой документации (учебный журнал, локальные акты, регламентирующие деятельность образовательного учреждения);
- наличие образовательной программы по виду спорта, учебный план, календарный учебный график для спортивно-оздоровительной группы.

Кадровое обеспечение

Тренер-преподаватель имеет высшее профессиональное педагогическое образование по специальности «Физическая культура и спорт», знания игры в футбол, владеет информационно-коммуникативными технологиями.

Информационное обеспечение программы

- схемы и плакаты для освоения техники и тактики футбола;
- дидактические и учебные материалы;
- видеозаписи спортивных игр и соревнований по футболу;

- видеоуроки обучения технике и тактике игры в футбол.

Список информационных интернет-ресурсов, литературы для тренеров-преподавателей, обучающихся и родителей представлен в разделе 2.4.

Методическое обеспечение программы:

Раздел	Форма занятий	Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Форма контроля
Теоретическая подготовка	Беседа; просмотр учебных видеофильмов; самостоятельное чтение специальной литературы; практические занятия	Словесный, наглядный, сообщение новых знаний; объяснение; работа с учебно-методической литературой; работа по таблицам; практический показ.	Схемы, учебные и методические пособия; специальная литература; учебно-методическая литература; журналы; оборудование и инвентарь.	Участие в беседе; краткий пересказ учебного материала; устный анализ к схемам, плакатам.
Общая физическая подготовка	Групповое учебно-тренировочное занятие	Словесный; наглядный; практический; самостоятельный показ и подбор упражнений	Учебные и методические пособия; учебно-методическая литература.	Контрольные нормативы по общей физической подготовке. Врачебный контроль.
Специальная физическая подготовка	Групповое учебно-тренировочное занятие	Словесный; наглядный; практический; самостоятельный показ и подбор упражнений	Схемы, учебные и методические пособия; учебно-методическая литература.	Контрольные нормативы и упражнения, текущий контроль.
Техническая подготовка	Групповое учебно-тренировочное занятие	Словесный; наглядный; практический; самостоятельный показ и подбор упражнений	Схемы, учебные и методические пособия; учебно-методическая литература; спортивный инвентарь.	Контрольные нормативы и упражнения, текущий контроль.
Соревнования	Контрольная тренировка; соревнование	Практический	Спортивный инвентарь	Протокол соревнований

Алгоритм тренировочного занятия:

- оргмомент;
- мотивация;
- актуализация знаний и способов действий;
- конструирование образа применения знаний в стандартной и измененной ситуации;
- самостоятельное применение знаний;
- контроль и самоконтроль;
- коррекция;
- рефлексия.

Нормативно-правовое обеспечение программы:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»;
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196);
- Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.13 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Устав МБУ ДО «ДЮСШ» п. Архара.

2.4. ЛИТЕРАТУРА

Список литературы для тренера-преподавателя

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2002.

2. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н. Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР М.: Советский спорт, 2011. - 58 с.
3. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная игра детского тренера. – Профиздат. 2011. - 265 с.
4. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. М.: Астрель, 2006. - 170 с.
5. Петухов А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. – Советский спорт, 2006.
6. Промский В. «Футзал» - современный метод подготовки. – Кострома , 2016.
7. Филин В.П. Методика воспитания выносливости и других физических качеств у юных спортсменов. – М.: Просвещение, 2012. - 34-36 с.
8. Футбольная энциклопедия. Москва. АСТ. 2010.
9. Хан Бергер. Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде. – ООО «Агентство КРПА Олимп», 2010.

Список литературы, рекомендуемой для обучающихся и их родителей

1. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. – М.: ФиС 1988.
2. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена. – М.: ФиС 2001.
3. Зациорский В.М. Физические качества спортсменов. – М. ФиС 2003.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – М.: ФиС 2001.
5. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс , 2003.
6. Футбольная энциклопедия. Москва. АСТ. 2010.

Информационные ресурсы:

<http://spo.1september.ru> Газета в газете «Спорт в школе».

<http://www.abcsport.ru> Обзор спортивных школ и спортивных обществ.

<https://ru.wikipedia.org> Википедия.

<https://минобрнауки.рф/> Министерство образования и науки РФ.

<http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/> Физическая культура: воспитание, образование, тренировка.