

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ - ЧЕРЕПАНОВСКИЙ РАЙОН
НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «МОЛОДЕЖНЫЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
г. Черепаново
ЧЕРЕПАНОВСКОГО РАЙОНА НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

Рассмотрено на заседании
методического совета МУ
ДО «МЦРФКиС»
Протокол № 3
от «29» 08 2022г.

Утверждаю
Директор МУ ДО
«МЦРФКиС»
И.А. Бутенко
«29» 08 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

«ФУТБОЛЬНЫЙ МЯЧ»

Базовый уровень

Возраст обучающихся: 8-14 лет.

Срок реализации программы: 3 года.

Автор разработчик:
Домрачев Сергей
Николаевич,
тренер-преподаватель

г. Черепаново
2022

Содержание

I	Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»	3
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»	6
1.3	Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»:	6
1.4.	Планируемые результаты дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»	16
II	Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»	16
2.1.	Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»	16
2.2.	Условия реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»	17
2.3.	Методические материалы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»	24
2.4	Рабочая программа воспитания	26
2.5.	Список литературы	27
2.6	Приложение	31

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Программа «Футбольный мяч» разработана в соответствии с распоряжением Правительства Новосибирской области от 31.10.2018 года №404 – р «О реализации федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в Новосибирской области» в связи с внедрением модели персонифицированного финансирования дополнительного образования детей.

Данная программа предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья. Она направлена на решение задачи не только обучения детей здоровому образу жизни, но и их воспитания.

В основу дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч» положены нормативные требования по физической и технико-тактической подготовке, современные научные и методические разработки игрового вида спорта по футболу.

В дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Футбольный мяч» даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы на разных этапах подготовки в игровых видах спорта футболу, отбору и комплектованию этапов подготовки в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств, способностей обучающихся.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольный мяч» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч» заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Чтобы играть в футбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью.

Интерес к футболу в нашем районе растет с каждым годом, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У футбола есть ещё одно ценное качество – он универсален. Так, систематические занятия футболом оказывают на организм обучающихся всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Футбол – командный вид спорта. Участие в соревнованиях помогает юным футболистам совершенствоваться в мастерстве. Однако реализация физических качеств должна осуществляться в зависимости от возрастных особенностей. Это положение непосредственно связано с индивидуализацией подготовки юных игроков. В футболе индивидуализация осуществляется по нескольким критериям: по возрасту, полу, игровому амплуа, биологическому созреванию. Программа не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и всестороннее развитие детей.

Данная программа соответствует потребностям времени, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования к занимающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность обучающимся приобщаться к здоровому образу жизни и активной двигательной деятельности.

Отличительные особенности, новизна программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольный мяч» разработана с учётом нормативных требований по физической и технико-тактической подготовке, современных научных и методических разработок по футболу отечественных и зарубежных специалистов, применяемые в практике подготовки игроков. Примерной программой является программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, авторским коллективом: М.А. Годик, Г.Л. Борознов, Н.В. Котенко, В.Н. Малышев, Н.А. Кулин, С.А. Российский.

Отличительная особенность данной программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большему количеству учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, позволяющие обучающимся, повысить уровень соревновательной деятельности.

Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики в области игровых видов спорта, опыт педагогов физической культуры и спорта.

Адресат программы: Программа «Футбольный мяч» рассчитана на обучающихся 8 – 14 лет, желающих заниматься игровым видом спорта. Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности данных возрастных категорий, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям футболом. В учебные группы зачисляются все желающие, как мальчики, так и девочки по заявлению законного представителя (родителя, опекуна)

Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности данных возрастных категорий. Каждый возрастной период имеет свои особенности в строении, функциях отдельных систем и органов, которые изменяются в связи с занятиями физической культурой и спортом. Содержание программы построено с учетом неравномерного нарастания в процессе развития их физических способностей см. таблицу №1.

Таблица №1 Сенситивные (благоприятные) периоды развития двигательных качеств

Морфофункциональные показатели, физических качеств	Возраст, лет					
	8-9	10	11	12	13	14
Длина тела				+	+	+
Мышечная масса				+	+	+
Быстрота	+	+	+			
Скоростно-силовые качества		+	+	+	+	+
Сила				+	+	+
Выносливость	+	+				
Анаэробные возможности	+	+	+			
Гибкость	+	+				
Координационные способности	+	+	+	+		
Равновесие		+	+	+	+	+

В одном возрастном периоде прогрессирует сила, в другом выносливость и т.д. Эти периоды наиболее благоприятны для совершенствования соответствующих двигательных качеств. Однако необходимо учитывать, что в футбольные группы для перспективной подготовки к достижению высокого мастерства отбирают обучающихся, имеющих определенные соматические и морфофункциональные особенности. Прежде всего это дети с хорошими скоростно-силовыми способностями и хорошей координацией. Они отличаются от менее слабых по темпам полового созревания, и по нарастанию физических

способностей. Такие обучающиеся опережают своих сверстников по соматическим показателям, а иногда и по физическим способностям.

Кроме того, у девочек и мальчиков, а тем более у юношей и девушек, имеются большие различия в становлении физических кондиций. Без учета этих особенностей невозможно рационально построить учебно-тренировочный процесс.

Юные футболисты во всех возрастах значительно отличаются от юных футболисток по скоростно-силовым показателям, и особенно в быстроте. Однако до 14 лет функциональные показатели у тех и других существенных различий не имеют. Различия нарастают с увеличением возраста в пользу юношей.

Необходимо стремиться к тому, чтобы интенсивность и объем упражнений, возрастали по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов. При подготовке особое внимание нужно уделять работе с высокорослыми юными футболистами – юношами и девушками. Следует учитывать особенности девушек – их склонность к более выраженному приросту массы тела, быстрое ослабление внимания при физической нагрузке и недостаточный уровень физической работоспособности.

Объем и срок освоения программы:

Объем программы – 756 часов.

Программа рассчитана на 3 года обучения:

1 год обучения – 252 часа;

2 год обучения – 252 часа;

3 год обучения – 252 часа.

Форма обучения - очная.

Язык программы – русский.

Уровень программы – базовый.

Особенности организации образовательного процесса.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольный мяч» реализуется в традиционной форме, которая представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение 3 лет обучения.

Занятия в одной группе обучающихся одного пола (мальчиков или девочек) и возраста, при этом осуществляется дифференцированный подход с учётом индивидуальных особенностей каждого ребёнка.

На базовом уровне группы комплектуются из обучающихся, закончившие стартовый уровень и обучающихся, прошедшие контрольные испытания «Базового уровня», имеющие письменное разрешение врача-педиатра.

Состав групп постоянный. Возможен дополнительный приём в течение учебного года.

Режим занятий:

Режим занятий соответствует СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи). Режим занятий устанавливается расписанием, утвержденным приказом директора МУ ДО «МЦРФКиС» - СП «ДЮСШ» по представлению тренера-преподавателя с учетом создания благоприятного режима тренировок, отдыха обучающихся. Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни.

Общее количество часов в неделю – 6 часов.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность одного академического часа - 45 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

1.2. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Цель программы удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в физическом развитии посредством организованных учебно-тренировочных занятий футболом.

Задачи:

Личностные:

- формировать морально-волевые качества: настойчивость, терпение, целеустремлённость, формирующие спортивный дух и характер;
- формировать ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- формировать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- формировать положительное отношение к занятиям физической культурой и желанию продолжить своё физическое совершенство в дальнейшем.

Метапредметные:

- развивать двигательную активность за счёт направленного воспитания основных физических качеств и физических способностей;
- развивать устойчивую позицию к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- формировать умения делать выводы о результатах своих занятий физической культурой и спортом.
- способствовать развитию тактического мышления, смекалки, изобретательности;
- способствовать развитию умения самостоятельно принимать ответственные решения;
- содействовать развитию физической выносливости;

Предметные:

- повысить уровень разносторонней физической подготовленности: развить аэробную выносливость, быстроту, скорость, силовые и координационные возможности;
- научить видеть и устранять недостатки в физической, технической и тактической подготовленности;
- сформировать базовые знания по истории развития футбола в России, в регионе, в районе;
- раскрыть понятия, термины, определения и правила футбола;
- обучить основным приемам техники и тактике футбола,

1.3. Содержание программы ДООП «Футбольный мяч»

Учебный план

№	Название разделы темы	Базовый уровень 1 год обучения			Базовый уровень 2 года обучения			Базовый уровень 3 года обучения			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	всего	теория	практика	всего	теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	8	8		10	10		12	12		тестирование
2	Практическая подготовка:										
2.1.	Общая физическая подготовка	118		118	106		106	94		94	Тестирование, контрольные упражнения
2.2.	Специальная физическая подготовка	65		65	69		69	74		74	тестирование

2.3	Технико-тактическая подготовка	45		45	49		49	52		52	Тестирование, контрольные упражнения
2.4	Контрольные нормативы и соревнования	16		16	18		18	20		20	Мониторинг
	Всего	252	8	244	252	10	242	252	12	240	

Содержание разделов и тем базового уровня 1 года обучения

№	Название разделы темы	Базовый уровень 1 год обучения		
		всего	теория	практика
1	Теоретическая подготовка	8	8	
2	Практическая подготовка:			
2.1.	Общая физическая подготовка	118		118
2.2.	Специальная физическая подготовка	65		65
2.3.	Технико-тактическая подготовка	45		45
2.4.	Контрольные нормативы и соревнования	16		16
	Всего	252	8	244

1. Теоретическая подготовка – 8 часов

1.1. Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.

Теория: Понятие «Физическая культура» Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение ее для укрепления здоровья, физического развития граждан России в их подготовке к труду и защите Родине. Роль физической культуры в воспитании молодежи. Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания. Порядок присвоения спортивных разрядов и званий. Юношеские разряды по футболу.

1.2. Состояние и развитие футбола в России.

Теория: История развития футбола в мире и в нашей стране, районе. Достижения футболистов России на мировой арене. Спортивные сооружения для занятий футболом и их состояние. Итоги и анализ выступлений сборных национальных, молодежи, и юниорских, и районных команд футболистов на соревнованиях.

1.3. Гигиенические требования к занимающимся спортом.

Теория: Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Жизненная емкость легких. Потребление кислорода. Гигиенические требования к питанию спортсмена. Режим питания, регулирование веса спортсмена. Гигиеническое значение кожи. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня спортсмена. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Режим дня во время соревнований. Профилактика вредных привычек.

2. Практическая подготовка.

2.1. Общая физическая подготовка – 118 часов

2.1.1. Строевые упражнения.

Практика: Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

2.1.2. Упражнения для рук и плечевого пояса.

Практика: Сгибание и разгибание рук, вращения махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и поочередно – из различных исходных положений, стоя на месте и в движении.

2.1.3. Упражнения для ног.

Практика: Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и мах ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.

2.1.4. Упражнения для шеи и туловища.

Практика: Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения, лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

2.1.5. Упражнения для всех групп мышц.

Практика: Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами.

2.1.6. Упражнения для развития силы.

Практика: Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера.

2.1.7. Упражнения для развития быстроты.

Практика: Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз.

2.1.8. Упражнения для развития ловкости.

Практика: Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне.

2.1.9. Упражнения типа «полоса препятствий».

Практика: С пере лазаньем, про лазаньем, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (футбольных мячей), ловлей и метанием мячей.

2.2.1. Подвижные игры.

Практика: Обычные салочки. Один из играющих — водящий, ему ловить. Остальные разбегаются. Кого осалит (дотронется ладонью) водящий, тот присоединяется к нему и ловит остальных вместе с ним. Изловив третьего, они ловят четвёртого, пятого и т.д., пока не переловят всех. Когда все пойманы, игра начинается снова. Существует другой, бесконечный вариант игры: тот, кого осалит водящий, сам становится водящим, а водящий, наоборот, становится простым игроком. Иногда по согласованию игроков вводится дополнительное правило: водящий не имеет права осаливать того, кто до этого осалил его самого.

Гуси–Лебеди. На одной стороне площадки проводится черта, отделяющая "гусятник". По середине площадки ставится 4 скамейки, образующие дорожку шириной 2-3 метра. На другой стороне площадки ставится 2 скамейки - это "гора". Все играющие находятся в "гусятнике" - "гуси". За горой очерчивается круг "логово", в котором размещаются 2 "волка". По сигналу - "гуси - лебеди, в поле", "гуси" идут в "поле" и там гуляют. По сигналу "гуси - лебеди домой, волк за дальней горой", "гуси" бегут к скамейкам в "гусятник". Из-за "горы" выбегают "волки" и догоняют "гусей". Выигрывают игроки, ни разу не пойманные.

Поймай мяч. В круг, диаметром 1 метр, становится участник с волейбольным мячом в руках. Сзади игрока лежат 8 теннисных (резиновых) мячей. По сигналу участник подбрасывает мяч вверх, и пока он находится в воздухе, старается подобрать как можно

больше мячей и, не выходя из круга, поймать мяч. Побеждает участник, которому удалось подобрать больше мячей.

Третий лишний. Дети парами, взявшись за руки, прогуливаются по кругу. Два ведущих: один убегает, другой - догоняет. Убегающий спасаясь от преследования, берет за руку одного из пары. Тогда тот, кто остался, становится лишний – убегает. Когда догоняющий дотронется до убегающего, они меняются ролями.

2.2 Специальная физическая подготовка – 65 часов

2.2.1. Упражнения для развития быстроты движения и скоростно-силовых способностей. Практика: Ускорения, рывки на отрезках от 10 до 30 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с высоким подниманием бедра, приставным и скрестным шагом. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей остановить его. Многоскоки с ноги на ногу, выпрыгивание вверх из приседа, тройной и пятерной прыжки, прыжки с поворотом направо (налево), броски набивного мяча до 2 кг в прыжке и ловля (мяч зажат стопами ног).

2.2.2. Упражнения для развития специальной выносливости.

Практика: Бег равномерный и переменный на 500, 800 метров. Лыжная подготовка: попеременный двухшажный ход без палок и с палками; подъем лесенкой; спуски в высокой и низкой стойке; передвижение на лыжах до 2 км с равномерной скоростью. Плавание. Кроссовая подготовка, бег по пересеченной местности.

2.2.3. Упражнения для развития игровой ловкости.

Практика: Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувырков, падения. Прыжки со скакалкой два вращения один прыжок, жонглирование футбольного мяча правой и левой ногой на месте (в движении), жонглирование правой и левой ногой стоя на одной ноге с сохранением равновесия.

2.2.4. Упражнения на развитие силовых способностей.

Практика: Упражнения с набивными мячами, гантелями, на тренажерном оборудовании. Переноска и перекалывание груза. Упражнения с резиновым амортизатором.

3. Техническая подготовка – 45 часов

- Ведение мяча по прямой.
- Ведение мяча с изменением направления.
- Ведение мяча в ограниченном пространстве.
- Применение обманных движений.
- Жонглирование мяча.
- Удары по мячу внутренней стороной стопы.
- Удары по мячу внешней стороной стопы.
- Удары по мячу носком и пяткой.
- Остановка мяча под подошву.
- Остановка мяча внутренней стороной стопы.
- Остановка мяча внешней стороной стопы.
- Передача мяча внутренней стороной стопы.
- Передача мяча внешней стороной стопы.
- Передача мяча внутренней частью подъема.
- Передача мяча внешней частью подъема.
- Передача мяча подъемом.

4. Тактическая подготовка

4.1. Тактика нападения:

Открывание на свободное место для получения мяча.

4.2. Тактика защиты:

Противодействие передачи мяча. Противодействие ведению мяча. Противодействие удару по воротам.

Контрольные упражнения и соревнования – 16 часов

- Упражнения для оценки разносторонней физической подготовленности (общей выносливости, быстроты, скоростно-силовых способностей);
- участие в 2-3 соревнованиях по ОФП в годичном цикле;
- участие в соревнованиях по футболу в учебном году 5-6 игр.

Содержание разделов и тем базового уровня 2 года обучения – 252 часа на 42 недели

№	Название разделы темы	Базовый уровень 2 года обучения			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	10	10		тестирование
2	Практическая подготовка:				
	Общая физическая подготовка	106		106	Тестирование, контрольные упражнения
	Специальная физическая подготовка	69		69	тестирование
	Технико-тактическая подготовка	49		49	Тестирование, контрольные упражнения
	Контрольные нормативы и соревнования	18		18	Мониторинг
3	Всего	252		242	

1. Теоретическая подготовка – 10 часов

1.1. Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.

Теория: Понятие «Физическая культура» Физическая культура как составная часть общей культуры. Значение ее для укрепления здоровья, физического развития граждан России в их подготовке к труду и защите Родине. Роль физической культуры в воспитании молодежи. Основные сведения о спортивной квалификации. Спортивные разряды и звания. Порядок присвоения спортивных разрядов и званий. Юношеские разряды по футболу.

1.2. Состояние и развитие футбола в России.

Теория: История развития футбола в мире и в нашей стране, районе. Достижения футболистов России на мировой арене. Спортивные сооружения для занятий футболом и их состояние. Итоги и анализ выступлений сборных национальных, молодежи, и юниорских, и районных команд футболистов на соревнованиях.

1.3. Гигиенические требования к занимающимся спортом.

Теория: Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Дыхание. Значение дыхания для жизнедеятельности организма. Жизненная емкость легких. Потребление кислорода. Гигиенические требования к питанию спортсмена. Режим питания, регулирование веса спортсмена. Гигиеническое значение кожи. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Правильный режим дня спортсмена. Значение сна, утренней гимнастики в режиме юного спортсмена. Режим дня во время соревнований. Профилактика вредных привычек.

1.4. Воспитание нравственных и волевых качеств спортсмена.

Теория: Мотивация спортивной деятельности. Спортивно-этическое воспитание. Общая и специальная психологическая подготовка. Самостоятельность и творческое отношение к занятиям.

1.5. Влияние физических упражнений на организм спортсмена.

Теория: Понятия об утомлении и переутомлении. Причины утомления. Перенапряжение. Восстановительные мероприятия в спорте. Проведение восстановительных мероприятий в спорте. Активный отдых. Самомассаж. Спортивный массаж. Баня. Основные приемы и виды спортивного массажа.

1.6. Профилактика заболеваемости и травматизм в спорте.

Теория: Простудные заболевания у спортсменов. Причины и профилактика. Закаливание организма спортсмена. Виды закаливания. Общее понятие об инфекционных заболеваниях, источник инфекции и пути их распространения. Меры личной и общественной профилактики. Травматизм в процессе занятий футболом; оказание первой помощи при несчастных случаях. Доврачебная помощь пострадавшему.

2. Общая физическая подготовка – 106 часов

В состав ОФП входят строевые упражнения и команды для управления группой; упражнения из гимнастики.

2.1. Упражнения для всех групп мышц.

Практика: Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, утяжелителями, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей). Игра в мини-футбол, в теннис малый (настольный), в волейбол, в баскетбол.

2.2. Упражнения для развития быстроты.

Практика: Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером (велосипедист, более быстрый спортсмен).

2.3. Упражнения для развития гибкости.

Практика: Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

2.4. Упражнения для развития ловкости.

Практика: Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны, назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

2.5. Спортивные и подвижные игры.

Практика: Волейбол, ручной мяч, баскетбол, бадминтон и др. основные приемы техники игры в нападении и защите. Индивидуальные тактические действия и простейшие взаимодействия игроков в защите и 28 нападении. Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки» («Пятнашки»), «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с прыжками», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через

черту», «Вызывай смену», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов», «Эстафета с прыжками чехардой», «Встречная эстафета с мячом», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание», «Катающаяся мишень». Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10, 15 м из исходных положений: стойка волейболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии), сидя, лежа лицом вверх и вниз в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами

3. Специально-физическая подготовка – 69 часов

3.1. Упражнения для развития быстроты и скоростно-силовых способностей.

Практика: Ускорения, рывки на отрезках от 20 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м), бег по снегу и песку, перепрыгивание скамеек, мячей и барьеров.

3.2. Упражнения для развития специальной выносливости.

Практика: Бег равномерный и переменный на 1000 м. Кроссовая подготовка, бег по пересеченной местности от 1000 м до 2000 м, дозированный бег от 2 минут до 12 минут. Плавание с учетом времени и без учета времени. Ходьба на лыжах с подъемами и спусками с горок, прохождение дистанции до 3 км без учета времени.

3.3. Упражнения для развития силовых способностей.

Практика: Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание в висе, сгибание и разгибание рук в упоре, приседания на одной и двух ногах, преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на тренажерах.

3.4. Упражнения для развития игровой ловкости.

Практика: Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении. Бег с изменением направления движения. Бег боком и спиной вперед. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч. Жонглирование мяча различными частями тела в движении на расстояние до 15 м.

4. Техническая подготовка – 49 часов

- Ведение мяча по прямой.
- Ведение мяча с изменением направления.
- Ведение мяча в ограниченном пространстве.
- Применение обманных движений
- Жонглирование мяча.
- Удары по мячу внутренней стороной стопы.
- Удары по мячу внешней стороной стопы.
- Удары по мячу носком и пяткой.
- Остановка мяча под подошву.
- Остановка мяча внутренней стороной стопы
- Остановка мяча внешней стороной стопы.
- Остановка мяча бедром.

- Игра головой и грудью.
- Передача мяча внутренней стороной стопы.
- Передача мяча внешней стороной стопы.
- Передача мяча внутренней частью подъема.
- Передача мяча внешней стороной подъема.
- Передача мяча подъемом.

5.Тактическая подготовка

5.1.Тактика нападения:

Уметь оценивать ситуацию и своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча.

5.2.Тактика защиты:

Своевременно занимать наиболее выгодную позицию для отбора мяча.

Контрольные упражнения и соревнования – 18 часов

Обучающиеся 2-го года обучения в течение сезона должны принять участие в 10-12 игр.

Содержание разделов и тем базового уровня – 3 года обучения – 252 часа на 42 недели

№	Название разделы темы	Базовый уровень 3 года обучения			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	Теоретическая подготовка	12	12		тестирование
	Практическая подготовка:				
	Общая физическая подготовка	94		94	Тестирование, контрольные упражнения
	Специальная физическая подготовка	74		74	тестирование
	Технико-тактическая подготовка	52		52	Тестирование, контрольные упражнения
	Контрольные нормативы и соревнования	20		20	Мониторинг
	Всего	252	12	240	

1. Теоретическая подготовка – 12 часов

1.1.Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.

Теория: Понятие «Физическая культура» Физическая культура как составная часть общей культуры. Роль физической культуры в воспитании молодежи. Основные сведения о спортивной квалификации.

1.2.Планирование и контроль спортивной подготовки.

Теория: Основные понятия о врачебном контроле. Измерение и тестирование в процессе тренировки и в период восстановления. Уровень физического развития футболистов. Самоконтроль в процессе занятий спортом. Дневник самоконтроля. Его формы, содержание, основные разделы и формы записи. Показатели развития. Пульсовая кривая.

1.3.Физические способности и физическая подготовка.

Теория: Физические качества. Виды силовых способностей: собственно-силовые, скоростно-силовые. Изменение в строении и функциях мышц под влиянием занятий спортом. Понятие быстроты, формы её проявления. Методы воспитания быстроты движений. Гибкость и ее развитие. Понятие о ловкости как комплексной способности к освоению техники движений. Понятие выносливости. Виды и показатели выносливости.

1.4. Основы техники игр и техническая подготовка.

Теория: Основные сведения о технике игры, о ее значении для роста спортивного мастерства. Средства и методы технической подготовки. Анализ техники изучаемых приемов игр. Разнообразие технических приемов, показатели надежности техники, целесообразная вариантность.

1.5. Спортивные соревнования.

Теория: Спортивные соревнования, их планирование, организация и проведение. Значение спортивных соревнований для популяризации вида спорта. Спортивные соревнования как важнейшее средство роста спортивного мастерства. Правила игры и судейство игр. Основные положения правил игры по футболу, официальных правил FIFA. Судейство игр, жесты судей, игровое поле, разметка, игровая форма, система проведения игр.

2. Общая физическая подготовка – 94 часа

В состав ОФП входят строевые упражнения и команды для управления группой; упражнения из гимнастики 1-2 г.о.

2.1. Упражнения для развития силы.

Практика: Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на тренажерах.

2.2. Упражнения для развития быстроты.

Практика: Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером (велосипедист, более быстрый спортсмен). Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

2.3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

Практика: Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью. Игры с отягощениями. Эстафеты комбинированные с бегом, прыжками, метаниями. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра.

2.4. Упражнения для развития общей выносливости.

Практика: Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч (для разных возрастных групп). Плавание с учетом и без учета времени. Ходьба на лыжах с подъемами и спусками с гор, прохождение дистанции от 3 до 10 км на время. Спортивные игры на время: баскетбол, мини-футбол (для мальчиков и девочек). Марш-бросок. Туристические походы.

3. Специальная физическая подготовка – 74 часа

3.1. Упражнения для развития быстроты и скоростно-силовых способностей.

Практика: Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком и спиной вперед. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его.

Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (пояс, манжеты на голеньях, набивные мячи, гантели).

3.2. Упражнения для развития силовых способностей.

Практика: Сгибание и разгибание рук с сопротивлением партнера, броски набивного мяча двумя руками из-за головы, переключивание набивного мяча с руки на руку, толчки набивного мяча одной ногой. Стоя спиной друг к другу поднимание партнера на спину с наклоном вперед, стоя спиной друг к другу приседания в парах.

3.3. Упражнения для развития игровой ловкости.

Практика: Кувырок вперед и назад с футбольным мячом, подбросить мяч выполнить кувырок вперед и поймать опускающийся мяч. Жонглирование мячом ногами, бедром, головой. Ведение мяча между стойками. Броски мяча в стену с 7-8 шагов из-за головы с последующим кувырком вперед поймать мяч, отскочивший от стены. Встать с партнером на расстоянии 3 шагов и жонглировать мячом направляя мяч друг другу. Жонглирование мячом в движении различными частями тела до 30 метров.

3.4. Упражнения для развития специальной выносливости.

Практика: Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Ходьба на лыжах с подъемами и спусками с горок, прохождение дистанции до 5 км без учета времени. Дозированный бег по пересеченной местности от 2 минут до 12 минут. Игры учебные с удлиненным временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная)

4. Техническая подготовка - 52 часа

- Ведение мяча по прямой.
- Ведение мяча с изменением направления и скорости движения.
- Ведение мяча в ограниченном пространстве.
- Применение обманных движений.
- Жонглирование мяча различными частями тела на месте и в движении.
- Удары по мячу внутренней стороной стопы.
- Удары по мячу внутренней частью подъема.
- Удары по мячу носком.
- Удары по мячу серединой подъема.
- Удары по мячу внешней частью подъема.
- Удары по мячу пяткой.
- Удары по мячу головой.
- Остановка и передача мяча внутренней стороной стопы.
- Остановка мяча под подошву.
- Остановка и передача мяча внешней стороной стопы.
- Остановка и передача летящих мячей различными частями тела.

5. Тактическая подготовка

5.1. Тактика нападения:

Взаимодействие с партнерами при численном преимуществе соперника, используя короткие и средние передачи.

5.2. Тактика защиты:

Взаимодействие в обороне при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку.

Контрольные упражнения и соревнования – 20 часов

Обучающиеся 3-го года обучения в течение сезона должны принять участие в 10-16 игр

1.4. Планируемые результаты

Личностные

- усилится желание развивать в себе морально-волевые качества: целеустремлённость, настойчивость, терпение;
- будут сформированы основы ценностного отношения к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- будут формироваться положительные качества личности, нормы положительного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- будет сформировано положительное отношение к занятиям физической культурой и желание продолжить свое физическое совершенство в дальнейшем.

Метапредметные

- будет повышаться двигательная активность за счет направленного развития основных физических качеств и физических способностей;
- будут улучшены результаты общей физической подготовленности за счет регулярных занятий физической культурой и спортом;
- будет сформировано представление о методах развития двигательных качеств, умения делать выводы о результатах своих занятий физической культурой и спортом;
- будет накапливаться опыт развития тактического мышления, смекалки, изобретательности, развиваться способность самостоятельно принимать ответственные решения.

Предметные

В процессе реализации программы обучающиеся будут знать:

- понятия, термины и определения футбола;
- правила техники безопасности во время занятий футболом;
- способы развития аэробной выносливости, быстроты, силовых и координационных возможностей;
- представление об основных понятиях, терминах и определениях футбола;
- историю развития футбола в России, в регионе, в районе.

В процессе реализации программы обучающиеся будут уметь:

- выполнять правильно технические приемы владения мячом;
- применять комплексные упражнения для улучшения результатов общей физической подготовленности;
- использовать на практике навыки в организации и проведении соревнований по футболу, сдачи нормативов ОФП и СФП;
- анализировать выполнение упражнений с целью видеть и устранять недостатки в физической, технической и тактической подготовленности.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график ДООП «Футбольный мяч»

Учебный календарный план ДООП «Футбольный мяч»

Год обучения (уровень)	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	01 сентября 2022г.	15июля 2023	42	126	252 часа, 6 часов в неделю	3 раза в нед. По 2 час
2 год обучения	01 сентября 2023г.	15июля 2024	42	126	252 часа, 6 часов в неделю	3 раза в нед. По 2 час
3 год обучения	01 сентября 2024г.	15июля 2025	42	126	252 часа, 6 часов в неделю	3 раза в нед. По 2 час

Учебный календарный план не рассчитан на каникулярный период.

Календарный учебный план ДООП «Футбольный мяч» - см. Приложение №1

2.2. Условия реализации программы ДООП «Футбольный мяч»

Учебно-тренировочные занятия по футболу проходят в учебный период в МУ ДО «МЦРФКиС» расположенный по адресу г. Черепаново, ул. Юбилейная 9.

Для осуществления учебно-тренировочного процесса имеется в наличии оборудование, инвентарь и инфраструктура как собственной, так и используемой на основании договорных взаимоотношений с образовательными и другими организациями.

Используемая инфраструктура средних общеобразовательных учреждений (МКОУ «Дорогинская СОШ», МКОУ «Посевнинская СОШ», МАОУ СОШ № 3 г.Черепаново):

- тренировочный спортивный зал;
- тренажерный зал;
- раздевалки, душевые;

Все помещения используются во время учебно-тренировочных занятий соответствует всем требованиям санитарных норм и правил, установленных СП 1.2.3685-21.

Материально-техническое обеспечение:

Оборудование и спортивный инвентарь, необходимые для реализации программы.

№ п/п	Наименование	Единицы измерения	Количество изделий
Оборудование, спортивный инвентарь			
1	Форма для соревнований	комплект	2
2	Учебно-тренировочная форма	комплект	2
3	Мяч футбольный	штук	15
4	Футбольные ворота	штук	2
5	Баул для мячей	штук	2
Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь			
1	Гантели переменной массы от 3 до 12 кг	пар	3
2	Набивные мячи от 1 до 5 кг	комплект	1
3	Мяч волейбольный	штук	1
4	Мяч теннисный	штук	15
5	Мяч баскетбольный	штук	1
6	Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами	штук	1
7	Рулетка металлическая 50 м	штук	1
8	Секундомер	штук	1
9	Скакалка гимнастическая	штук	15
10	Скамейка гимнастическая	штук	2
11	Стойка для обводки	штук	15
12	Фишки (конусы)	штук	15

13	Спортивный зал	единицы	2
14	Беговая дорожка	единица	1
15	Стадион	единица	1
16	Легкоатлетический манеж	единица	1

Информационное обеспечение:

- Инструкция по охране труда.
- План эвакуации детей.
- Инструкция при работе со спортивным инструментом.
- Информационные листовки с режимом работы и расписанием занятий; визитные карточки с указанием контактов и местонахождения;
- Протоколы с результатами спортивных соревнований по футболу; календарь спортивно-массовых мероприятий;
- Протоколы результатов контрольных нормативов;
- Памятки для родителей (законных представителей);
- Памятки детей о правилах внутреннего распорядка, безопасности и пр.
- С целью повышения эффективности предсоревновательной подготовки обучающимся демонстрируются видеозаписи выступления самих спортсменов, их соперников, мировых лидеров футбола и различные общероссийские и международные соревнования.
- Папка с технологическими картами.
- Видеоролики по футболу.
- Специальная литература.
- Аттестационные материалы.
- Конспекты открытых занятий;

Электронные ресурсы:

Официальный интернет-сайт Министерства Просвещения Российской Федерации (<https://edu.gov.ru/>)

Официальный интернет-сайт Министерства спорта Российской Федерации (<http://www.minsport.gov.ru/>)

Официальный интернет-сайт Федерации футбола России (<https://www.rfs.ru.>)

Официальный интернет-сайт Федерации футбола Новосибирской области (<http://www.ffnso.ru>).

Министерство по физической культуры, спорта Новосибирской области – режим доступа: <http://sport.nso.ru>

Черепановский сайт «Молодежного центра развития физической культуры и спорта» <http://mcrfkis.ru/>

Сайт Навигатор дополнительного образования Новосибирской области. <https://navigator.edu54.ru/>

Кадровое обеспечение:

Программа реализуется тренерами-преподавателями МУ ДО «МЦРФКиС».

Домрачев Сергей Николаевич – тренер-преподаватель по футболу. Стаж по специальности 19 лет. Уровень образования: среднее специальное, Новосибирский Колледж физической культуры и спорта, квалификация «учитель физической культуры».

Патрушев Евгений Сергеевич - тренер-преподаватель по футболу. Стаж работы по специальности: 15 лет. Уровень образования: высшее, Новосибирский Гуманитарный Институт, квалификация «юрист».

Сауэр Артем Викторович – тренер-преподаватель по футболу. Стаж работы по специальности: 1 год. Уровень образования: среднее специальное Новосибирский Колледж олимпийского резерва, квалификация «педагог по физической культуре».

Формы аттестации

Аттестация обучающихся в результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч» предусматривает контроль теоретической и практической подготовке с требованиями данной программы.

Промежуточная аттестация – опрос, тестирование обучающихся. Оценка уровня ОФП, СФП, ТТП, обучающиеся сдают контрольное тестирование.

Итоговая аттестация – в форме контрольно – переводных нормативов или контрольных испытаний, анализ участия в соревнованиях.

Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов – аналитическая справка, аналитический материал, видеозапись, грамота, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, протокол соревнований, Фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат), статья и др.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов – диагностическая карта, открытое занятие, участие в спортивных соревнованиях и турнирах.

Оценочные материалы ДООП «Футбольный мяч»

Оценочные материалы общей физической подготовки (ОФП) и специальной физической подготовки (СФП) проводится в соответствии с контрольно-переводными нормативами по видам спорта и в соответствии с периодом обучения на основе дополнительных общеобразовательных программ по видам спорта.

Контрольно-переводные нормативы принимаются тренером-преподавателем два раза в год: в начале года (сентябрь, октябрь) и в конце года (апрель, май), результаты заносятся в протокол и обсуждаются на методическом совете.

Обучающиеся переводятся на следующий этап обучения при условии выполнения контрольно-переводных нормативов от 60 до 100 % по ОФП и СФП.

Перевод обучающихся (в том числе досрочно) в группу следующего года обучения или этапа спортивной подготовки проводится решением Педагогического совета на основании выполнения контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки.

Обучающиеся, успешно сдавшие контрольно-переводные нормативы и принимавшие участие в спортивных соревнованиях по виду спорта, приказом директора МУ ДО «МЦРФКИС» СП «ДЮСШ» переводятся на следующий этап обучения.

Характеристика оценочных материалов

Планируемые результаты	Дидактический инструментарий (формы, методы)
личностные результаты: - В процессе реализации программы у обучающихся будет формироваться желание развивать в себе морально-волевые качества, целеустремленность, настойчивость, терпение, спортивный дух; - будут формироваться ценностные отношения к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей; - будут сформированы положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности; - будет сформировано положительное отношение к занятиям физической	Наблюдение, Беседа, Самостоятельное занятие

культурой и желание продолжить свое физическое совершенство в дальнейшем	
Метапредметные результаты: - будет развиваться двигательная активность за счет направленного развития основных физических качеств и физических способностей; - будут улучшены результаты общей физической подготовленности за счет регулярных занятий физической культурой и спортом; - будет формироваться представление о методах развития выносливости, быстроты, силы, ловкости, гибкости, скоростно-силовых качеств; - будут формироваться умения делать выводы о результатах своих занятий физической культурой и спортом; - будет формироваться накопленный опыт развития тактического мышления, смекалки, изобретательности; - будет развиваться способность самостоятельно принимать ответственные решения.	Тестирование Наблюдение Диагностические карты Самостоятельные задания
Предметные результаты В процессе реализации программы обучающиеся будут знать: - понятия, термины и определения футбола; - правила техники безопасности во время занятий футболом; - аэробную выносливость, быстроту, силовые и координационные возможности; - историю развития футбола в России, в регионе, в районе. В процессе реализации программы обучающиеся будут уметь: - выполнять технически правильно приемы владения мячом; - применять комплексные упражнения для улучшения результатов общей физической подготовленности; - использовать на практике навыки в организации и проведении соревнований по футболу, сдачи нормативов по ОФП и СФП; - анализировать выполнение упражнений с целью видеть и устранять недостатки в физической, технической и тактической подготовленности.	Тестирование Наблюдение Самостоятельное задание Показанный результат на соревнованиях Выполнение контрольно-переводных нормативов на начало и конец учебного года Выполнение контрольных испытаний

Критерии оценки достижения обучающихся в учебно-тренировочном процессе следует понимать как систему информации о состоянии развития обучающегося.

неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
Мотивация к занятиям			
Неосознанный интерес, навязанный извне или на уровне любознательности, случайный мотив или кратковременный, не добивается конечного результата	Мотивация неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса. Интерес проявляется самостоятельно, осознанно.	Интерес на уровне увлечения. Проявляет интерес к футболу.	Четко выраженные потребности. Стремление глубоко изучить футбол как будущую профессию. Увлечение спортивной деятельностью
Познавательная активность			
Интересуется только игровым процессом. Полностью отсутствует интерес к теории. Выполняет знакомые задания	Увлекается специальной литературой по направлению футбола. Есть интерес к выполнению сложных заданий.	Есть потребность в приобретении новых знаний. По настроению изучает дополнительную литературу по спорту и футболу. Есть потребность в выполнении сложных заданий	Целенаправленная потребность в приобретении новых знаний. Регулярно изучает дополнительную специальную литературу. Занимается футболом и другими видами спорта.
Коммуникативные умения			
Не умеет высказать свою мысль, не корректен в общении.	Не проявляет желания высказать свои мысли, нуждается в побуждении со стороны взрослых и сверстников.	Умеет формулировать собственные мысли, но не поддерживает разговора, не прислушивается к другим.	Умеет формулировать собственные мысли, поддерживать собеседника, убеждать оппонента.
Коммуникабельность			
Не требователен к себе, проявляет себя в негативных поступках.	Не всегда требователен к себе, соблюдает нормы и правила поведения при наличии контроля, не участвует в конфликтах.	Не требователен к себе, проявляет себя в негативных поступках.	Не всегда требователен к себе, соблюдает нормы и правила поведения при наличии контроля, не участвует в конфликтах.
Достижения			

Пассивное участие в делах группы.	Активное участие в делах группы.	Значительные результаты на уровне ДЮСШ.	Значительные результаты на уровне города, округа, области.
-----------------------------------	----------------------------------	---	--

Контроль за отношением обучающегося к учебно-тренировочным занятиям осуществляется по данным учета посещаемости, по оценке поведения и деятельности, занимающихся на занятиях. Критерием оценки служат данные о регулярности посещения занятий, степень проявления занимающимися в процессе занятий активности и самостоятельности, трудолюбия и настойчивости, сосредоточенности внимания и дисциплинированности. Применяемые средства тренировки контролируются записями в журнале тренировочных занятий. Тренировочные нагрузки контролируются по трем направлениям: объему; интенсивности; переносимости нагрузок занимающимися. При контроле за объемом тренировочных нагрузок регистрируются длительность каждого занятия и время, затрачиваемое на отдельные упражнения и разделы подготовки. Интенсивность тренировочных нагрузок проверяется при помощи условного определения интенсивности каждого упражнения и каждого тренировочного занятия (максимальная, средняя, малая). Контроль за эффективностью применяемых средств тренировки ведется по разделам подготовки. Работа по физической (общей и специальной) и технической подготовке проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения движений. Контроль за теоретической подготовкой проводится на зачетах и собеседованиях по заданным темам. Для оценки техники движений в практике физического воспитания обычно используют экспертную оценку качества выполнения технического приема и педагогические контрольные испытания. В первом случае тренер, наблюдая за выполнением определенного приема тем или иным учеником выявляет различные неточности в движениях и в зависимости от их количества оценивает техническую подготовленность: **высокая**-отсутствие ошибок или незначительное отклонение в подготовительной и заключительной фазах; **средняя**-одна или две мелкие ошибки в основной фазе, или до двух существенных в подготовительной и заключительной фазах; **низкая**-одна грубая ошибка в основной фазе приема и несколько существенных искажений в остальных фазах.

Таким способом оценивают технику в основном на начальных стадиях освоения двигательного навыка. На этапе закрепления и совершенствования предпочтение отдают более объективному методу – педагогическим контрольным испытаниям (тестам). Суть тестирования заключается в том, что ученики пытаются добиться наивысшей для себя результативности многократно выполняя в специально созданных стандартных условиях тот или иной технический прием. При тестировании техники перемещения приставными шагами в защитной стойке они будут стремиться преодолеть дистанцию за минимальное время, при оценке навыков удара попытаются как можно большее число раз попасть в ворота и т.д.

Одним из важнейших условий получения своевременной, полной и точной информации о ходе подготовки игроков и команды является хорошо организованный учет. Учету подлежат: весь процесс подготовки; выполнение планов тренировочных занятий; выступления команд в соревнованиях; данные педагогического и медицинского контроля.

Применяются три вида учета: текущий; этапный; итоговый.

Текущий учет - основной. Отражает всю учебно-воспитательную работу проведенную за день. Сюда входят регистрации посещаемости, учет отношения занимающихся к тренировкам и соревнованиям, учет тренировочных нагрузок, учет изученного материала и качество его усвоения, результаты соревнований, культурно-массовых и политико-воспитательных мероприятий, основных данных врачебного контроля.

Этапный учет - проводится с целью подведения итогов тренировочной и воспитательной работы за срок действия рабочих планов, т.е. за этап (месяц) или период тренировки. Ведется по разделам, соответствующим разделам рабочих планов, и дополняется суммарными данными по основным разделам педагогического контроля.

Итоговый учет - подводит итоги тренировочной, соревновательной и воспитательной работы за срок действия текущих и перспективных планов, т.е. за зимний или весенний тренировочный цикл, за год. Командный итоговый учет ведется соответственно разделам текущих и перспективных планов, а индивидуальный по разделам индивидуальных планов. Документами для учета являются журнал, дневник тренера и дневник самоконтроля учащегося.

Подведение итогов. Тестирование проводится два раза в год. В начале учебного года тренер-преподаватель на основании данных тестирования планирует учебно-тренировочный процесс. В конце учебного года после повторного тестирования делается вывод о динамике показателей физической и технической готовности спортсменов, эффективности работы. Разрабатывает план работы на следующий год и индивидуальной летней работы.

Контрольно-переводные нормативы по ОФП и СФП базового уровня для 1 года обучения

№ n/n	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
	Нормативы общей физической подготовки			
	Бег на 30 м	сек	5,8	6,2
	Челночный бег 3х10 м	сек	10,3	10,6
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	140	130
	Нормативы специальной физической подготовки			
	Бег 30 м с ведением мяча	сек	6.8	7,2

Контрольно-переводные нормативы по ОФП и СФП базового уровня для 2 года обучения

№ n/n	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
	Нормативы общей физической подготовки			
	Бег на 30 м	сек	5,5	5,9
	Челночный бег 3x10 м	сек	9,3	9,5
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	160	150
	Нормативы специальной физической подготовки			
	Бег 30 м с ведением мяча	сек	6,5	6,8
	Удар по мячу на дальность	м	28	20
	Вбрасывание мяча на дальность	м	10	7

Контрольно-переводные нормативы по ОФП и СФП базового уровня для 3 года обучения

№ n/n	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
	Нормативы общей физической подготовки			
	Бег на 30 м	сек	5,1	5,5
	Челночный бег 3х10 м	сек	7,2	8,0
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	190	170
	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа на полу	Количество раз	35	15
	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Количество раз	49	40

Нормативы специальной физической подготовки				
Бег 30 м с ведением мяча	сек	46	40	
Удар по мячу на дальность	м	40	32	
Вбрасывание мяча на дальность	м	15	11	
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа			

По итогам тестирования готовится текстовая справка, диаграмма итоговая таблица.

Уровень готовности	Характеристика уровня
Высокий	Должный уровень подготовки обучающихся
Выше среднего	Базовый уровень, хорошее развитие
Средний	Базовый уровень, достаточное развитие
Ниже среднего	Базовый уровень, недостаточное развитие, корректировка планирования
Низкий	Низкое развитие, повторное прохождение программы, коррекционные занятия в группах

Уровни оценки результатов:

«высокий уровень» - испытание выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно, воспитанник продемонстрировал высокий уровень освоения основных умений и навыков по специальной физической подготовке согласно нормативам, приведенным в таблице.

«выше среднего» - испытание выполнено в соответствии с заданием, правильно, но с некоторым напряжением, недостаточно уверенно умеет пользоваться изученными движениями, воспитанник продемонстрировал уровень освоения основных умений и навыков по специальной физической подготовке согласно нормативам, приведенным в таблице.

«средний уровень» - испытание выполнено в соответствии с заданием, правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки. Воспитанник продемонстрировал уровень освоения основных умений и навыков по специальной физической подготовке согласно нормативам, приведенным в таблице.

«ниже среднего» - испытание выполнено неправильно, с грубыми ошибками. Воспитанник продемонстрировал уровень освоения основных умений и навыков по специальной физической подготовке согласно нормативам, приведенным в таблице.

«низкий уровень» - испытание выполнено с ошибками. Воспитанник продемонстрировал низкий уровень освоения основных умений и навыков по специальной физической подготовке согласно нормативам, приведенным в таблице.

Учебно – тренировочный процесс в группе подлежит корректировке, если 15% обучающихся показали уровень готовности ниже среднего. Те же действия осуществляются тренером-преподавателем, если уровень готовности ниже среднего выявлен по одному из качеств.

Оценка и контроль соревновательной деятельности:

Контроль соревновательной деятельности ведется на основе оценки соревновательной нагрузки и эффективности технико-тактических действий. В футболе наиболее простым способом соревновательная нагрузка определяется количеством соревнований и количеством игр, временем затраченным на их проведение. Оценка эффективности соревновательной деятельности проводится на основе педагогического наблюдения за технико-тактическими действиями звеньев команды и каждого игрока.

2.3. Методические материалы дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбольный мяч»

Методы обучения:

Используемые на занятиях футбола методы можно подразделить на три группы:

-Словесные (рассказ, объяснение, команды и распоряжения, задание, указание, беседа и разбор);

-Наглядные (показ, демонстрация кино и видеосъемка, рисунков, фотографий, схем тактического взаимодействия и т.д.). Метод стоп кадра – применяется при обучении тактическим взаимодействиям, ориентирование с помощью условных предметов.

-Практический многократное повторение движений для овладения техникой игрового приема, технико-тактических взаимодействий группой занимающихся, упражнения, игровой метод.

Методы воспитания:

Убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Формы организации учебного занятия:

Индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Основными формами проведения учебно-тренировочных занятий являются: тренировка и игра, соревнования.

Педагогические технологии, применяемые в процессе реализации ДООП «Футбольный мяч».

Здоровье сберегающие технологии: Здоровье сберегающие технологии, используемые на учебно-тренировочных занятиях:

Чередование видов деятельности. Разнообразие форм организации занятий, чередование умственной нагрузки учащихся и физической – это один из способов, который повышает эффективность учебно-тренировочного занятия. Благоприятная дружеская обстановка на занятиях. Тренировка должна быть интересной и развивающей. На учебно-тренировочных занятиях обязательно обращается внимание на психологическое и физическое состояние детей.

Индивидуальный подход к каждому ребенку. Тренер-преподаватель должен сделать свои занятия интересными для всех детей, хотя учащиеся все разные. Для этого создаётся ситуация успеха для каждого обучающегося и предоставляется всем детям право выбора вида спорта.

Воспитательная направленность занятия. Воспитательный эффект учебно-тренировочных занятий достигается за счет возможностей индивидуально-дифференцированного подхода к развитию качеств каждого обучающегося и формированию ценностного отношения к своему здоровью. Улучшение содержания и эффективности воспитательной работы педагогическая философия: полнота жизни через развитие здорового образа жизни, здоровой мысли, здоровых желаний, здоровой семьи. Без постоянного общения с детьми не получится достичь осознанного отношения к формированию здорового образа жизни.

Технология педагогического общения. Профессиональное выстраивание взаимодействий педагога и обучающихся. Наиболее продуктивный обмен информацией в процессе обучения. Выбор оптимального решения коммуникативных задач. В условиях общения происходит сложный процесс подготовки общего стиля общения к конкретным условиям. Привлечения к себе внимания может быть реализован разными приемами. Чаще используется смешанный тип привлечения внимания (В.А. Кан-Калик).

Игровые педагогические технологии. Игры используются на всех этапах учебно-тренировочных занятия. Для создания благоприятного эмоционального фона и развития познавательного интереса. Чтобы разбудить активность детей, вооружив их оптимальными способами осуществления деятельности.

В результате систематического проведения игр активизируется мыслительная деятельность обучающихся. Дети станут более внимательными друг к другу, научатся

сопереживать, сплотятся в детский коллектив (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин).

Компьютерные (информационные) технологии обучения. Компьютер может использоваться на всех этапах процесса обучения: при объяснении нового материала, закреплении, повторении, контроле знаний. Формирование умений работать с информацией, развитие коммуникативных способностей, умений принимать оптимальные решения, формирование исследовательских умений.

В результате использования компьютерных технологий, обучающиеся получают больше полноценной информации по изучаемой теме, лучше запоминают материал, проявляют интерес к самостоятельному изучению нового материала, делают свои первые маленькие открытия. Одним из направлений информационных технологий является использование аудио и видео средств (ТСО).

➤ Использование фото, видео съемки для обратной связи при обучении Технике и тактике игровых моментов.

➤ Просмотр фильмов, игр и техники элитных спортсменов на ПК и телевизоре.

Организационные формы обучения

➤ групповые теоретические занятия в виде бесед по темам, изложенным в программе;

➤ практические учебно-тренировочные занятия в соответствии с требованиями программы для каждой группы по расписанию, утвержденному директором учреждения;

➤ индивидуальные учебно-тренировочные занятия в соответствии с планами и заданиями, установленными для учащихся;

➤ участие учащихся в спортивных соревнованиях, и восстановительных мероприятиях;

➤ просмотр и методический разбор учебных видеофильмов;

➤ занятия по сдаче контрольных нормативов, тестирования, мониторинга.

Алгоритм учебно-тренировочного занятия

Подготовительная часть

Данная часть тренировочного занятия вводит детей в работу, которая запланирована, организует их, устанавливает контакт между детьми и тренером-преподавателем. Для содержания первой части характерны строевые и порядковые упражнения, быстрая ходьба, легкий бег, прыжки на месте и в продвижении, упражнения на быстроту и точность реакции, на внимание и другие. Повторение правил безопасной работы во время проведения занятий.

Основная часть

Задача основной части занятия – овладение главными, жизненно – необходимыми и специальными навыками, которые содействуют освоению игры в футбол. Также предусматривает развитие, и совершенствование ориентировки во времени и пространстве, координации движений, силы, быстроты, устойчивости, самостоятельности и других психофизических качеств.

Заключительная часть

Задачи заключительной части занятия – завершить работу и выполнить восстановительные упражнения. Рефлексия, самоанализ достигнутых результатов. Обсуждение результатов занятия и подведение итогов.

Дидактический материал по организации и проведению спортивной игры.

- Картотека упражнений по футболу.

- Схемы и плакаты освоения технических приемов футболистов.

- Правила игры в футбол.

- Правила судейства в футболе.

- Регламент проведения футбольных турниров различных уровней.

- Положение о соревнованиях по футболу.

- Презентация диафильмов о футболе.
- Графики и диаграммы.

2.4. Рабочая программа воспитания

Воспитательная система в учреждении дополнительного образования является ценностно и личностно ориентированной, это целостный социальный организм, рождающийся в процессе взаимодействия в сотворчестве взрослых и детей. В условиях воспитательного пространства каждый ребёнок имеет возможность получения духовного, интеллектуального, физического, социального развития, удовлетворения творческих и образовательных потребностей, формирования гражданской позиции.

Особенность воспитательного процесса состоит в том, что его специфика заключается в осуществлении воспитания учащихся в процессе учебно-тренировочных занятий и участия во всех спортивно-массовых мероприятиях, проводимых как в МЦРФКС, так и на муниципальном уровне, что позволяет учащимся выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека.

Цель: воспитание личности социально ориентированной, всесторонне развитой, способной принимать решения в современных ситуациях, способной строить жизнь достойного человека.

Задачи:

- воспитывать патриотизм и гражданское сознание, доброжелательное отношение к родителям, окружающим, сверстникам;
- воспитывать любовь к малой родине, её истории, культуре, традициям
- формировать умение адаптироваться к новым условиям, уверенность в себе, положительную самооценку;
- способствовать формированию навыков безопасного поведения и грамотного их применения в жизни;
- совершенствовать систему активного сотрудничества с родителями.

Направления, формы и содержание воспитательной деятельности.

Содержание воспитания и его организационные формы разрабатываются на основе принципов, позволяющих воспитать социально активную, образованную, нравственно и физически здоровую личность.

Направления:

1. Гражданско-патриотическое воспитание;
2. Духовно-нравственное воспитание;
3. Здоровьесберегающее воспитание;
4. Взаимодействие с родительской общественностью

Формы воспитательной работы:

Организация и проведение бесед, встреч со знаменитыми спортсменами, показательные выступления, мастер-классы, конкурсы, анкетирование по вопросам ЗОЖ; участие в традиционных и праздничных мероприятиях г. Черепаново и НСО; спортивно-массовые мероприятия МЦРФКиС; спортивно-массовые мероприятия в группе.

Планируемые результаты

- будет сформирована у учащихся нравственная культура миропонимания;
- воспитывать патриотизм и гражданское сознание, доброжелательное отношение к родителям, окружающим, сверстникам;
- будут добросовестно относиться к своим обязанностям, к самому себе, к общественным поручениям;
- познакомятся с историей, культурой, традициями г. Черепаново и Черепановского района и гордиться этим,

- будет сформировано понимание о культуре сохранения и совершенствования собственного здоровья;
- будут сформированы, и грамотно применяться в жизни знания и навыки безопасного поведения;
- будет выстроена система активного сотрудничества с родителями;
- вооружать родителей педагогическими знаниями и умениями в воспитании детей.

Календарный план воспитательной работы. Приложение №2

Список литературы

Нормативные документы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ) (в редакции 2020 г.);
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
3. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
4. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 «Об утверждении санитарных правил СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи);
7. Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022г. № 678-р) (далее -Концепция);
8. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
9. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок) (в редакции 2020 г.);
11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее- Целевая модель);
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
13. Устав МУ ДО «Молодежный центр развития физической культуры и спорта» Черепановского района Новосибирской области.

Методические рекомендации:

1. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)(разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный

педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

2. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);

3. Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 23.06.2022 г. № 3/22.

4. Методические рекомендации по разработке программ воспитания.

Литература, использованная при составлении программы:

1. Основы специальной физической подготовки спортсменов [Текст] / Ю.В. Верхошанский. - М.: Физкультура и спорт, 2019. С. 162 - 178
2. Железняк, Ю.Д. Теория и методика обучения предмету «Физическая культура» [Текст] / Ю.Д. Железняк, В.М. Минбулатов - М.: Академия, 2014. С. 169
3. Коробейников, Н.К. Физическое воспитание [Текст] / Н.К. Коробейников, А.А. Михеев, И.Г. Николенко - М.: Высшая школа, 2016. - С. 112 - 117
4. Коробков, А.В. Физическое воспитание [Текст] / А.В. Коробков, В.А. Головин, В.А. Масляков - М.: Высшая школа, 2014. - С. 117
5. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки [Текст] / Л.П. Матвеев - М.: ФиС, 2014. - С. 163 - 165.
6. Настольная книга учителя физической культуры [Текст] / под ред. Л.Б. Кофмана. - М.: Физкультура и спорт, 2016. - С. 341 - 352, С. 398.
7. Новикова, А.Д. Теория и методы физического воспитания [Текст] / А.Д. Новикова - М.: Физкультура и спорт, 2011. - С. 37
8. Озолин, Н.Г. Развитие выносливости спортсмена [Текст] / Н.Г. Озолин М.: 2012. - С. 96 - 98.
9. Озолин, Н.Г. Настольная книга тренера [Текст] / Н.Г. Озолин - М.: Астрель, 2013. - С. 111, 423 - 424, 534.
10. Спортивные игры: Техника, тактика обучения [Текст] / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - М.: Академия, 2011. - С. 219 - 223.
11. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов - М.: Академия, 2013. - С. 324 - 326
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986.
13. Боген М.М. Обучение двигательным действиям – М.: Физкультура и спорт, 1998.
14. Выдрин В.М. Деятельность специалистов в сфере физической культуры: Учебное пособие. – СПб., 1997.
15. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6–9 лет. – М.: Граница, 2008.
16. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: Советский спорт, 2010.
17. Дьячков В.М. Совершенствование технического мастерства спортсменов – М.: Физкультура и спорт, 1990.
18. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола. – М.: Олимпия, 2007.
19. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007.
20. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010.
21. Система подготовки спортивного резерва – М., 1999.

22. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010.
23. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта – М., 1987.

Методическая литература для родителей и учащихся

1. С.Н.Андреев Футбол – твоя игра Москва «Просвещение» 1989 г. 144 стр. Книга для учащихся средних и старших классов.
2. И.А.Швыков Футбол в школе Терра спорт Москва 2002 год 141 стр.
3. Спортивные игры: Техника, тактика обучения [Текст] / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - М.: Академия, 2011. - С. 219 - 223.

Электронные ресурсы.

- 1 Официальный интернет-сайт Министерства Просвещения Российской Федерации (<https://edu.gov.ru/>)
Официальный интернет-сайт Министерства спорта Российской Федерации (<http://www.minsport.gov.ru/>)
Официальный интернет-сайт Федерации футбола России (<https://www.rfs.ru>).
Официальный интернет-сайт Федерации футбола Новосибирской области (<http://www.ffnso.ru>).

**Календарный учебный план ДООП «Футбольный мяч»
Базовый уровень 1 – 3 г.о., 42 недели, 252 часа.**

№ п/п	Дата проведения	Время проведения	Форма занятия	Содержание Учебного материала	Кол – во часов	Место проведения	Форма контроля
1.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
2.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
3.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
4.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по воротам. Развитие быстроты. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
5.			Теоретическая, практическая	Личная гигиена, врачебный контроль, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
6.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

				Развитие скоростной выносливости. Учебная игра.			
7.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
8.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

9.			Теоретическая, практическая	Сведения о анатомическом строении человека и его физиологических функциях, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
10.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие силовых способностей. Учебная игра	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
11.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
12.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по воротам. Развитие быстроты. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
13.			Теоретическая,	Сведения о анатомическом строении человека и его физиологических функциях, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской	тестирование

			практическая	Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра		СОШ	
14.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие силовых способностей. Учебная игра	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
15.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
16.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
17.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

18.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
19.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
20.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

21.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
22.			Теоретическая, практическая	Развитие футбола в России. Правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
23.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
24.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
25.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
26.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

27.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Акробатические упражнения. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
-----	--	--	--------------	--	--------	-----------------------------------	--------------

28.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
29.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
30.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
31.			Теоретическая, практическая	Личная гигиена, врачебный контроль, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
32.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
33.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
34.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

35.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
36.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
37.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
38.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
39.			Теоретическая, практическая	Развитие футбола в России. Правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
40.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Акробатические упражнения. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
41.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
42.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

				Учебная игра.			
43.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
44.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие ловкости и координации движений. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
45.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
46.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
47.			Теоретическая, практическая	Личная гигиена, врачебный контроль, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
48.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
49.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

50.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
51.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
52.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
53.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
54.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
55.			Теоретическая, практическая	Сведения о анатомическом строении человека и его физиологических функциях, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
56.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Акробатические упражнения. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
57.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на	2 часа	Спортивный зал	тестирование

				технику ведения мяча. Учебная игра.		Дорогинской СОШ	
58.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
59.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
60.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие скоростной выносливости. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
61.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
62.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
63.			Теоретическая, практическая	Сведения о анатомическом строении человека и его физиологических функциях, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
64.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

65.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
66.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
67.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
68.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
69.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
70.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
71.			Теоретическая, практическая	Личная гигиена, врачебный контроль, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
72.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу	2 часа	Спортивный зал Дорогинской	тестирование

				мяча. Развитие быстроты. Учебная игра.		СОШ	
73.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
74.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
75.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
76.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие скоростно- силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
77.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
78.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
79.			Теоретическая, практическая	Развитие футбола в России. Правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

80.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие быстроты. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
81.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
82.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
83.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
84.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие скоростной выносливости. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
85.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
86.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
87.			Теоретическая,	Личная гигиена, врачебный контроль, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения	2 часа	Спортивный зал Дорогинской	тестирование

			практическая	мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.		СОШ	
88.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Акробатические упражнения. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
89.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
90.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
91.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
92.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
93.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
94.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

95.			Теоретическая, практическая	Сведения о анатомическом строении человека и его физиологических функциях, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
96.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие быстроты. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
97.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
98.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
99.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
100.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
101.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

102.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
103.			Теоретическая, практическая	Личная гигиена, врачебный контроль, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
104.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие быстроты. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
105.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
106.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
107.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
108.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

109.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
110.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
111.			Теоретическая, практическая	Развитие футбола в России. Правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие быстроты. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
112.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Акробатические упражнения. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
113.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
114.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
115.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
116.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской	тестирование

				Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.		СОШ	
117.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
118.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
119.			Теоретическая, практическая	Личная гигиена, врачебный контроль, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
120.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие быстроты. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
121.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
122.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
123.			Теоретическая, практическая	Техника безопасности при занятиях футболом, правила игры. Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

124.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на остановку и передачу мяча. Развитие скоростно-силовых способностей. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
125.			практическая	Бег, ходьба, упражнения на развитие ловкости и координационных способностей. Упражнения на технику ведения мяча. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование
126.			практическая	Бег, ходьба, ОРУ. Специальные беговые упражнения. Упражнения на технику владения мячом, и на технику удара по мячу. Подвижные и спортивные игры. Учебная игра.	2 часа	Спортивный зал Дорогинской СОШ	тестирование

Календарный план воспитательной работы.

Направления воспитательной работы	Форма и название мероприятия	Цель и краткое содержание	Сроки проведения	Ответственный исполнитель
Гражданско-патриотическое воспитание	Участие в праздничных мероприятиях, посвящённых знаменательным датам России, района, учреждения	Воспитание гордости, любви к стране, чувства сопричастности к истории России, приобщение детей к традициям:	Согласно утверждающему плану работы на учебный год	Методисты, инструктор методисты
	«ГТО – это круто!» Праздник спорта:	Воспитание активной гражданской позиции, реализация Регионального проекта «Успех каждого ребёнка».		
	«Парад спортивных достижений»	Сдача норм ГТО, поощрение лучших спортсменов года.		
	Встречи с выпускниками ДЮСШ, учащимися старших этапов обучения, достигших высоких результатов в спорте «Первый шаг в большой спорт»	Пропаганда футбола, воспитание гордости за своих земляков. Спортсмены расскажут о своих успехах, ответят на вопросы присутствующих, пройдёт фото сессия.		Начальник Центра ГТО
	Военно-спортивная игра «Тропа спортсмена»	Воспитание патриотизма, раскрытие коммуникативных умений, углубление знаний об истории школы, приобщение к традициям МУ ДО МЦРФКиС. В ходе игры дети проходят испытания по станциям.		
Здоровьесберегающее воспитание	Экскурсия в Черепановский музей	Знакомство с историей Черепановского района	Согласно утверждающему плану работы на учебный год	Тренер-преподаватель
	Беседы: «Гигиена. Режим дня. Здоровое питание». «Физическая культура и спорт. Значение ФК для человека. Отличие ФК от спорта.	Привлечение детей к здоровому образу жизни		Методисты, инструктор методист, тренер-преподаватель
	Викторина: Правила поведения «Азбука безопасности			
	Игра «Весёлые старты»	Создание условий для физического развития детей		
	Квест «Я выбираю здоровье»	Формирование отрицательного отношения к пагубным привычкам. Выполнение заданий по определённым организаторами пунктам.		
Духовно-нравственное воспитание	Анкетирование детей с помощью графических изображений и устных опросов	изучение личности учащегося, его склонностей, сфер дарования и особенностей характера для оказания ему помощи в самоопределении и самореализации».	Согласно утверждающему плану работы на учебный год	Тренер-преподаватель
	Занятие на тему «Спасибо деду за Победу»			
	Мастер-класс «Делай с	Популяризация вида спорта,		

	нами, делай как мы»	привлечение детей к занятиям «Футбола», воспитание доброжелательности, коллективного общения, взаимопомощи. Одни учащиеся показывают упражнения, а другие их выполняют.		
	Чаепитие «Я люблю, тебя, мама»	Воспитание любви и дорого отношения к родителям. Учащиеся дарят мамам сувениры, изготовленные своими руками.		
	Конкурс мужчин «Мы – защитники семьи»	Воспитание гордости за семью, взаимопонимания между отцом и сыном, осознание значимости понятия «МЫ с папой». Команды из отцов и сыновей соревнуются в силе, ловкости, смекалке		
	Встреча учащихся с психологом для проведения тренинга	Изучение отношений в детском коллективе. Способы решения возникающих конфликтов со сверстниками		
Работа с родителями	Родительские собрания:	Информирование родителей об организации деятельности учреждения и воспитания учащихся «Родителям о специфике работы тренера-преподавателя МУ ДО «МЦРФКиС», «Права и обязанности родителей, и ребёнка». «Промежуточные итоги работы спортивно-оздоровительной группы». «Подведение итогов учебного года, просмотр фото/видео успехов детей за год.	Согласно утверждающему плану работы на учебный год	Тренер-преподаватель
	Тренинги	Воспитание культуры родительских взаимоотношений с детьми Решение с родителями учащихся текущих возникающих трудностей взаимодействия с детьми, обсуждение наиболее острых проблем тренировочных моментов, зависящих от родителей».		
	Участие родителей в КТД учреждения: Соревнования по футболу «Папы против мам. Победители играют с детьми, Конкурсы совместных рисунков, оформление групповых комнат, поделок к праздничным датам.	Участие родителей в жизни учреждения, воспитание гордости за успехи семьи, установление положительных взаимоотношений в семье, укрепление родственных связей. Дети и родители вместе выполняют задания, готовят на конкурсы рисунки, поделки, ходят в походы и т.д.		

	Информационно-просветительская деятельность	Консультирование родителей «Родителям о ЗОЖ ребёнка, о влиянии личного примера на выбор деятельности ребёнка и его образ жизни». Оформление уголка для родителей. Рекомендации родителям на каникулярную деятельность ребёнка, работа в Навигаторе дополнительного образования детей, по вопросам воспитания детей, успехи и достижения ребёнка.		
Работа с родителями	Интерактивная связь	Использование новых технологий: создание групп в WhatsApp для родителей и учащихся	Согласно утверждающему плану работы на учебный год	Тренер-преподаватель