

Муниципальное казенное учреждение управления образования
администрации Артемовского городского округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Спортивная школа «Феникс»
Артемовского городского округа



УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУДО СШ «Феникс»

Сковпень Л.Н.

«29» 05 2026 г.

ФУТБОЛ: ШАГ ЗА ШАГОМ

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО - СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Возраст учащихся: 6-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик программы:
тренер-преподаватель
Травкин Иван Владимирович

г. Артем
2026г.

Содержание

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.1 Пояснительная записка	3
1.2 Цель программы	5
1.3 Планируемые результаты	5
1.4 Учебный план	6
1.5 Содержание программы	7
1.6 Оценка результатов обучения	9
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	9
2.1 Оценочные материалы и формы аттестации	9
2.2 Методическое обеспечение программы	10
2.3 Календарный учебный график	12
2.4 Условия реализации программы	12
2.5 Календарный план воспитательной работы	13
3. ЛИТЕРАТУРА	14
Приложение 1	15
Приложение 2	19

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база. Программа разработана в соответствии с нормативно- правовыми документами в сфере дополнительного образования.

Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (ред. от 31.07.2020 г.).

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р).

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026г. № 19 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.42.83-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Направленность программы. Программа «Футбол: шаг за шагом» относится к физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы. Футбол базируется на востребованности современного общества приобщении детей разного возраста к активным видам спорта для укрепления здоровья, развития умственных и физических качеств. Освоение учащимися теории и практики программы обеспечивает улучшение показателей их общей физической и специальной подготовки, общее укрепление здоровья, способствует формированию социально-позитивной модели поведения, приобщает к здоровому образу жизни, ограждает от негативного влияния улицы, формирует неприятие вредных привычек, создает условия для социальной адаптации и самореализации. Занятия футболом развивают скорость и неординарность мышления, аналитические способности и мыслительную активность в выстраивании игровой стратегии и тактики, адекватность восприятия и действия в спортивной ситуации, физические качества и двигательные навыки, позитивные командные взаимоотношения, культуру и этику поведения спортсмена. Режим тренировок укрепляет сердечно-сосудистую, костно-мышечную и дыхательную системы; улучшает объемное и периферическое зрение, координацию и точность движений, общую моторику, глазомер, моторную память; развивает ориентировку в пространстве, быстроту реакции на зрительные и слуховые сигналы, способность к быстрым чередованиям напряжения и расслабления.

Отличительные особенности программы. Материал программы базируется на необходимости активного физического развития детей и подростков в современных условиях.

Важной частью процесса обучения является участие в соревнованиях по футболу. Это учит учащихся преодолевать усталость, неуверенность; позволяет пережить ситуацию успеха, повысить самооценку, добиться желаемых спортивных результатов. Программный материал учитывает необходимость психологической подготовки учащихся к соревнованиям, которая формирует положительную мотивацию, проявляет чувство собственного достоинства и уверенность в своих силах, снимает чувство страха, неуверенности перед соперником, укрепляет волю. Освоение теории и практики программного материала улучшает общие и специальные физические показатели учащихся, раскрывает и усиливает их интеллектуальные и мыслительные способности; вооружает значительным объемом специальных знаний и тактико-технических действий; обеспечивает последовательность и непрерывность целостного процесса духовного и физического становления юных спортсменов,

преимущество в повышении их спортивного мастерства; формирует и воспитывает духовно-нравственные и личностные качества: любознательность, познавательную активность, ответственность, дисциплинированность, целеустремленность, выдержка, работоспособность, аккуратность, честность, скромность, дружелюбие, стремление к взаимопомощи, силу воли, способность к самодисциплине и самоконтролю, основы здорового образа жизни, патриотические представления.

Упражнения по общефизической и специальной физической подготовке (ОФП, СФП) выделены в отдельные разделы учебно-тематического планирования программы, но отрабатываются на каждом занятии в зависимости от нагрузки. Занятия ОФП укрепляют здоровье, улучшают общее физическое развитие, развивают и укрепляют костно-мышечную систему, улучшают функционирование сердечно-сосудистой и дыхательной систем, развивают основные физические качества и показатели учащихся. Содержание СФП составляют упражнения на развитие силовых, скоростно-силовых способностей, гибкости, ловкости, равновесия. В основу упражнений СФП положены технические действия, поэтому большая часть упражнений сопряжена с тренировочными движениями. При этом программа «Футбол: шаг за шагом» предусматривает поэтапное развитие необходимых способностей, двигательных и координационных качеств, черт характера и свойств личности.

Программа содержит научно обоснованные рекомендации по структуре и организации учебно-тренировочного процесса на различных этапах подготовки. Учебный материал программы не разделяется на теорию и практику. В процессе занятий весь теоретический материал осваивается только через практические формы работы.

Уровень программы – стартовый

Адресат программы: Успешное обучение возможно лишь при условии, что деятельность обучающихся на занятиях будет организована с учетом их возрастных особенностей и способностей. Состав детей разновозрастной от 6 до 15 лет.

Краткая характеристика возрастных особенностей учащихся.

Учащиеся младшего школьного возраста (6-10 лет). Признаком этого возраста является начало школьной жизни, появление социального статуса школьника. Социальная ситуация развития характеризуется переходом от свободного существования к обязательной, общественно- значимой и общественно-оцениваемой деятельности. Ведущей становится учебная деятельность. Появляется произвольность, внутренний план действия, самоконтроль, рефлексия, чувство компетентности. Самооценка адекватная, появляется обобщение переживаний и осознание чувств.

Учащиеся подросткового возраста (11-15 лет). Признаком возраста является переход от детства к взрослости. Социальная ситуация развития характеризуется стремлением приобщиться к миру взрослых, ориентацией поведения на общепринятые нормы и ценности, эмансипацией от взрослых и группирование. Главной направленностью жизнедеятельности является личностное общение в процессе обучения и организационно-трудовой деятельности, стремление занять положение в группе сверстников. Кризисным моментом возраста является чувство «взрослости», восприятие себя и самооценка.

Объем программы: 81 час.

Срок освоения программы. Программа «Футбол: шаг за шагом» рассчитана на 5 месяцев обучения.

Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа – 45 минут.

Форма обучения – очная.

Язык обучения – русский.

Форма организации деятельности обучающихся — групповая.

Формы проведения занятий:

- учебно- тренировочное занятие;

- тренировочные игры;
- соревнования;
- тестирование.

Особенности организации образовательного процесса.

Программа адаптирована для реализации в условиях электронного обучения с применением дистанционных технологий обучения и включает работу на основе информационно-коммуникационной образовательной платформе «Сферум».

1.2. Цель программы

Формирование мотивации у обучающихся к активному, здоровому образу жизни, посредством приобщения к игре в футбол.

Задачи программы:

Обучающие:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и координирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- развить хорошую общефизическую подготовку;
- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развить быстроту, координацию, силу, ловкость, прыгучесть, гибкость, реакцию, внимание, сообразительность обучающихся;
- снизить уровень заболеваемости и пропагандировать здоровый образ жизни.

Воспитательные:

- сформировать у учащегося чувство ценных нравственных и морально-волевых качеств, уважение к символам страны;
- сформировать доброжелательное отношение друг к другу;
- укрепить дружбу, чувство товарищества и взаимопонимание между обучающимися.

1.3 Планируемые результаты

Образовательно -предметные результаты, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе обучающиеся:

- овладели навыками правильной тактической установки,

- знают технические элементы футбола,
- владеют навыком решения задач без сопровождения,
- знают все футбольные термины, изученные по программе,
- владеют средствами самовыражения в игровой ситуации, движении, импровизациях.
- умеют пользоваться микрофоном и другими техническими средствами.

Личностные результаты, которые могут быть сформированы и развиты у детей в результате занятий по программе:

- любознательность и познавательный интерес;
- фантазии, воображение;
- основы здорового образа жизни;
- бережное отношение к инвентарю и оборудованию;
- внимание, наблюдательность, зрительную память;
- наглядно-образное и ассоциативное мышление;
- координацию движений, точность глазомера;

Метапредметные результаты, которые приобретет обучающийся по итогам освоения программы:

- обогащается эмоционально;
- духовная сфера, формируются ценностные ориентации, умение решать логически;
- творческие задачи; воспитывается художественный вкус, развивается воображение, образное и ассоциативное мышление, стремление принимать участие в социально значимой деятельности, в спортивных проектах школы, соревнованиях вне школы и др.
- эмоциональную зажатость, боязнь ответственности, воспитывает волю и дает детям опыт самореализации.

В результате освоения содержания программы происходит гармонизация интеллектуального и эмоционального развития личности обучающегося, формируется целостное представление о мире, развивается образное восприятие и через эстетическое переживание и освоение способов творческого самовыражения осуществляется познание и самопознание.

1.4 Учебный план

Таблица 1

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		итого	теория	практика	
1	Теоретические подготовка	6	5	1	беседа, опрос, самостоятельная работа
2	Общая физическая подготовка	42	2	40	тестирование
3	Специальная физическая подготовка	25	2	23	тестирование
4	Техническо-	45	2	43	Наблюдение,

	тактическая подготовка				тестирование
5	Участие в спортивных соревнованиях	20	2	18	Наблюдение
6	Промежуточная аттестация	2	-	2	Контрольные нормативы
	ИТОГО	140	13	127	

1.5 Содержание программы

Программа содержит освоение теории и практики программного материала улучшает общие и специальные физические показатели учащихся, раскрывает и усиливает их интеллектуальные и мыслительные способности; вооружает значительным объемом специальных знаний и тактико-технических действий; обеспечивает последовательность и непрерывность целостного процесса духовного и физического становления юных спортсменов, преемственность в повышении их спортивного мастерства; формирует и воспитывает духовно-нравственные и личностные качества: любознательность, познавательную активность, ответственность, дисциплинированность, целеустремленность, выдержка, работоспособность, аккуратность, честность, скромность, дружелюбие, стремление к взаимопомощи, силу воли, способность к самодисциплине и самоконтролю, основы здорового образа жизни, патриотические представления.

Раздел 1. Теоретическая подготовка (6 часов).

Формы работы на занятиях:

Теория (5 часов). Краткая история футбола. Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом. Гигиенические требования к одежде и обуви. Понятие здорового образа жизни. Значение и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Питание при занятиях спортом. Влияние занятий футболом на телосложение человека. Самоконтроль своего состояния во время и после занятия. Ознакомление с правилами проведения соревнований по футболу. Правила игры, оборудование и инвентарь.

Практика (1 час). Подготовка места занятий к учебной работе, к тренировке. Инструктаж по ТБ в спортивном зале.

Оборудование и оснащение: ворота, футбольные мячи, ноутбук.

Раздел 2. Общая физическая подготовка (42 часа).

Упражнения ОФП являются обязательной частью каждого занятия. Подбор, содержание и дозировка упражнений зависят от возраста и уровня физического развития учащихся.

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры, комбинация форм.

Теория (2 часа). Значение общей физической подготовки для развития спортсмена. Система упражнений общей физической подготовки. Упражнения для развития различных групп мышц. Общеразвивающие упражнения (ОРУ), направленные на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости.

Практика (40 часов). Подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты и выносливости. Эстафеты, направленные на развитие скоростно-силовых способностей и показателей. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.

Подвижные игры, эстафеты на основе общеразвивающих упражнений.

Оборудование и оснащение: мячи набивные, скакалка гимнастическая, скамейка гимнастическая, турник навесной на гимнастическую стенку, гантели переменной массы (от 1 до 3 кг), маты гимнастические.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка (25 часов).

Упражнения СФП являются обязательной частью каждого занятия. Подбор, сочетания упражнений должны содействовать не только физическому развитию, но и овладению техническими действиями в волейболе.

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры.

Теория (2 часа). Изучение техники упражнений. Отработка правильного исполнения упражнений. Изучение техники перемещения, передачи мяча, ударов. Изучение правил проведения соревнований по футболу.

Практика (23 часа). Специальные упражнения для развития гибкости, силы, силовой выносливости, скоростно-силовой выносливости мышц.

Упражнения с отягощениями, с преодолением собственного веса, упражнения с набивным мячом, с гантелями. Специальные упражнения для развития специальной выносливости: упражнения со скакалкой, тренировка на «дорожках».

Тренировка в парах: отработка передач и приема мяча, удары по воротам.

Подвижные игры с мячами. Парные упражнения мячами.

Оборудование и оснащение: мячи набивные, жгуты, утяжелители, гимнастические скамейка, гимнастические маты.

Раздел 4. Техническо-тактическая подготовка (45 часа).

Формы работы на занятиях: беседа, практическая работа, спортивные игры, комбинация форм.

Теория (2 часа). Значение технической подготовки в игре футбол. Техника нападения, защиты, Значение тактической подготовки в игре футбол. Тактика нападения. Тактика защиты. Основы интегральной подготовки в игре футбол.

Практика (43 часа). Техника нападения. Действия без мяча: перемещение и стойки. Действия с мячом: передачи мяча, удары мяча. Техника защиты. Действия без мяча: перемещение. Действия с мячом: приём мяча, приём и передача мяча двумя ногами. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия: взаимодействия игроков. Командные действия: система игры зонной защиты. Тактика защиты. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия. Чередование различных упражнений на быстроту. Чередование упражнений для развития скоростно-силовых качеств. Чередование упражнений на быстроту и скоростно- силовые качества (в различных сочетаниях).

Оборудование и оснащение: ворота, футбольные мячи, теннисные мячи, конусы, гимнастические маты, тумба для прыжков, барьеры, гимнастическая скамья.

Раздел 5. Участие в спортивных мероприятиях (20 часов).

Формы работы на занятиях: соревнования, лекция, беседа.

Теория (2 часа). Правила участия в соревнованиях. Правила соревнований.

Практика (18 часов). Проведение соревнований между учащимися объединения. Участие в соревнованиях.

Оборудование и оснащение: ворота, футбольные мячи, счет.

Раздел 6. Промежуточная аттестация (2 часа).

Формы работы на занятиях: сдача нормативов.

Практическая работа (2 часа). Проведение контрольных нормативов по ОФП и СФП.

Оборудование и оснащение: ворота, футбольные мячи, теннисные мячи, конусы, тумба

для прыжков, барьеры, гимнастическая скамья, секундомер.

1.6 Оценка результатов обучения

Для оценки результатов обучения применяется промежуточная диагностика в конце изучения программы.

ОФП и СФП:

- бег на короткие дистанции (30м, 60м, 100м);
- бег на длинные дистанции (1000-3000м);
- сгибание-разгибание рук в упоре лёжа;
- подтягивание на высокой перекладине;
- поднимание туловища за 30 с.;
- челночный бег 3х10м.
- прыжок в длину.

Результат определяется в таблице. Каждый тест оценивается по 5-и уровням (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий). Успешным считается результат, соответствующий среднему уровню и выше.

Технико- тактическая подготовка:

№ п/п	Тесты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1.	Удар по мячу на дальность (м)	24 м	22 м.	18 м.
2.	Комплексное упражнение: ведение 10 м., обводка 3-х стоек, поставленных на 12 метровом отрезке, с последующим ударом в цель (2,5 на 1,2 м.) с расстояния 6 м. из трёх попыток (сек)	12с.	14 с.	16 с.
3.	Бег на 30 метров с ведением мяча (с)	7 с.	8 с.	10 с.
4.	Жонглирование мячом ногами (кол-во ударов)	8	6	4

2 КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 Оценочные материалы и формы аттестации

Результаты освоения программы обучающимися систематически отслеживаются в течение учебного года в ходе текущих занятий (учебно-тренировочные игры) и на итоговом занятии.

Образовательная программа предусматривает следующие формы контроля:

Текущий контроль – проводится на каждом занятии в форме опроса, наблюдений, устных рекомендаций тренера-преподавателя и корректировки движений обучающихся, а также в виде учебно-тренировочных игр.

Опрос – метод сбора первичной информации на занятии, проверка степени и осознанности

усвоения учебного материала всей группы. Организация опроса должна быть четкой, в

опросы продуманы до мелочей, точно установлена их последовательность.

Наблюдение – это анализ и оценка тренером-преподавателем действий обучающихся в ходе учебно-тренировочного процесса. Тренер-преподаватель наблюдает за правильностью выполнения задания или упражнения, делает замечания или исправляет ошибки, акцентируя внимание всех обучающихся на допущенные ошибки.

Устные рекомендации – это указания тренера-преподавателя о правильности выполнения того или иного двигательного действия (упражнения).

Беседа. Применяются при разборе упражнений, теории футбола (правила, история, основы техники и тактики и т.п.)

Самостоятельная работа — это вид учебной деятельности, в ходе которой обучающиеся самостоятельно выполняют задания, опираясь на рекомендации и указания тренера-преподавателя, получают учебные знания, улучшают их, приобретают навыки проведения практической работы.

Корректировка движений обучающихся – система педагогических мероприятий, направленная на исправление ошибок при выполнении двигательного действия (упражнения).

Тренировочные игры – это комплекс упражнений, который позволяет обучающимся целенаправленно отрабатывать всевозможные ситуации для наиболее эффективного розыгрыша партии.

Промежуточный контроль - позволяет определить, насколько успешно проходит развитие обучающегося и освоение им образовательной программы.

Промежуточный контроль проводится в рамках аттестации обучающихся в июне месяце в форме тестов по ОФП и СФП, ТТП. Результаты промежуточного контроля оформляются протоколом (Приложение № 2).

2.2 Методическое обеспечение программы

Современные педагогические технологии. На занятиях применяются следующие современные педагогические и информационные технологии, их комбинации и элементы: технология личностно-ориентированного обучения, технология продуктивного обучения, технология сотрудничества, технология создания ситуаций успеха, здоровьесберегающие технологии.

Методы обучения: наглядно-зрительный, словесный, практический, метод формирования интереса, метод контроля, самоконтроля. На занятиях могут использоваться элементы и различные комбинации методов обучения по выбору педагога.

Типы учебных занятий по дидактической цели: вводное занятие, занятие ознакомления с новым материалом, занятие по закреплению изученного, занятие по применению знаний и умений, занятие по систематизации и обобщению знаний, занятие по контролю знаний, умений и навыков, комбинированное занятие.

Примерный алгоритм проведения учебного занятия

1. Организационный этап

Организация учащихся на начало занятия. Повторение правил безопасной работы в зале и на тренажерах.

2. Подготовительный этап

Комплекс разминочных общеукрепляющих упражнений. Выполнение разминки с мячами в парах или тройках.

3. Основной этап

Отработка техники передачи мяча правой и левой ногой, приема, упражнения с

мячами для улучшения технических качеств, отработка угловых и пенальти.

4. Завершающий этап

Игра в футбол. Заминка (восстановительные упражнения). Рефлексия, самоанализ результатов. Обсуждения результатов занятия. Подведение итогов занятия.

Таблица 2

№	Название разделов	Дидактические и методические материалы
1	Введение в программу	- Инструкции по технике безопасности на занятиях по футболу; - инструкции по технике безопасности при работе с оборудованием. - физкультурно-оздоровительные комплексы; - специализированная учебная литература по футболу; - аудио- и видеоматериалы, методические рекомендации по организации образовательного процесса; - Мультимедийные презентации: Гигиена спортсмена. История футбола. История возникновения футбола.
2	Теоретическая подготовка	- Справочные материалы: форма для занятий футболом; как правильно подобрать обувь.
3	Общая физическая подготовка	- Комплексы упражнений ОФП для развития различных групп мышц/физических качеств.
4	Специальная физическая подготовка	- Специальные упражнения для развития СФП; - Комплексы упражнений СФП для развития различных групп мышц/физических качеств. инструкция «Правила безопасного использования спортивного инвентаря и оборудования»
5	Техническо-тактическая подготовка	- Терминология футбола - Видеоматериалы Терминологические диктанты.
6	Промежуточная аттестация	- Сдача нормативов; Терминологические диктанты.
7	Участие в спортивных мероприятиях	- правила соревнований по футболу.

2.3 Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса		1 год
Продолжительность учебного года, неделя		36
Количество учебных дней		140
Количество недельных часов		4
Продолжительность учебных периодов	1 полугодие	15.09.2026-30.12.2026
	2 полугодие	11.01.2027-28.05.2027
Возраст детей, лет		6-15
Продолжительность занятия, час		2
Режим занятия		2 раз/нед
Годовая учебная нагрузка, час		140 ч.

2.4 Условия реализации программы

Материально-технические условия

Для занятий используется спортивный зал и футбольное поле, отвечающие санитарно-эпидемиологическим требованиям (СП2.4.2.42.83-26 от 02.06.2026 г.). Площадь зала соответствует допустимым размерам из расчета не менее 4 кв. м. площади на учащегося. Стены гладкие, окрашенные в светлые тона. Аптечка с необходимыми средствами для оказания первой помощи. Уборка происходит только влажным способом. Внутренняя поверхность стен зала не имеет выступов (пилястр, полуколонн и т.п.). Двери без выступающих наличников. Температура воздуха – 14-15С, относительная влажность воздуха – 35-60 %. В зале имеется прямое естественное освещение. Помещение сухое, с естественным доступом воздуха, легко проветриваемое.

Оборудование, инвентарь.

- ворота футбольные – 2 шт;
- стойки футбольные -10 шт.
- гимнастические скамейки–3-4шт;
- гимнастические маты– 6 шт.;
- конусы, фишки переносные- 20 шт.
- маниишки – 15 шт.
- скакалки–10 шт.;
- мячи набивные(масса1кг)–12 шт.;
- мячи футбольные– 15 шт.;
- рулетка –1шт.
- насос – 1 шт.

Техническое обеспечение: Ноутбук.

Кадровые условия

Программу реализует тренер-преподаватель, имеющий профессиональную подготовку по профилю деятельности и соответствующий профессиональному стандарту по должности «тренер-преподаватель».

Информационные условия

1. https://yandex.ru/video/preview/19870301440417078?lr=8&tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1174.0%23dbbcbdef447f3803aaca002753586fe672798d261 - История футбола

2. <https://yandex.ru/video/preview/10680987745540237679> - Удары

ногами

3. https://yandex.ru/video/preview/7247139184191946815?lr=8&tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1174.0%23dbbcdef447f3803aaca002753586fe672798d261–
Удары головой

4. <https://yandex.ru/video/preview/9036834306569363470?lr=8>–
Тренировка вратаря

5. https://yandex.ru/video/preview/14751845018742307601?lr=8&tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1174.0%23dbbcdef447f3803aaca002753586fe672798d261–
Правила игры в футбол

6. <https://yandex.ru/video/preview/4048363180273441775?lr=8> –
Подводящие упражнения.

2.5 Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Мероприятия	Сроки проведения
1	Работа с родителями (проведение родительских собраний, индивидуальные беседы)	В течение учебного года
2	Просмотр соревнований других команд	Согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий
3	Просмотр тренировок других групп 2-3 года обучения	В течение учебного года
4	Участие в подготовке и проведении спортивно-массовых мероприятиях, посвященных памятным и праздничным датам России.	По приглашению проводящих сторон, в соответствии с календарным планом спортивно-массовых мероприятий МБОУДО СШ «Феникс».
5	«Активный отдых» • Посещение местных достопримечательностей • Прогулки в парках • Поездка в Сафари парк • Поездка на «Штыковские пруды» • Организационный выход на каток	В течение учебного года Январь- май
6	Беседы на тему: «Питание спортсмена», «Спорт и здоровье», «Формирование культуры здорового образа жизни»	В течение учебного года
7	Беседы с обучающимися «Вредные привычки и их влияние на здоровье человека»	В течение учебного года
8	Беседы на тему: «Правила поведения в общественных местах»	В течение учебного года
9	«День именинника»	В течение учебного года
11	Осуществление контроля за успеваемостью обучающихся в общеобразовательных школах.	В течение учебного года

3. ЛИТЕРАТУРА

Список рекомендованной литературы для педагогов

1. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия. Человек., 2008 г.
2. Новая школа футбольной тренировки "Олимпия Пресс", 2008 г. Б.И. Плон.
3. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов "Academia", 2008 г.
4. Футбол. Формирование основ индивидуального технико- тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. "Советский спорт", 2006 г.
5. Футбол. Правила игры. МФ футбольных ассоциаций "Терра спорт" 2004 г.

Список рекомендованной литературы для учащихся.

1. Дангворг Р., Дж. Миллер. Футбол для начинающих. - Астрель, 2006г
2. Лях В.И., Мой друг физкультура. - Просвещение, 2005 г.
3. Малькомль К., Сто упражнений для юных футболистов, - АСТ Астрель. Москва 2003 г.
4. Милке Д., Футбол. Основы игры. - Астрель, 2007г.
5. Орджаникидзе З.Г., Физиология футбола, - "Человек", 2008 г.
6. Петров А. Футбол — это жизнь (Взгляд из России). - Москва, 2004 г.
7. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол. Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.
8. Белич, А. Футбол: Методика. / А.Белич. // Спорт в школе. - 2010. - № 13, - С. 3-48.
9. Беляев, А.В. Футбол: Учеб.для ин-тов и академий физической культуры. / А.В. Беляев., М.В. Савин. - Москва: ФОН, 2009. - 320 с.
10. Бобкова, Е.Н. Возрастная динамика скоростных способностей мальчиков 7-15 лет с учетом гармоничности их физического развития. / Е.Н. Бобкова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2012. - № 4. - С. 41.
11. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых. / пер. с итал. / Хорст Вайн. - Москва: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2013. - 244с.

Список рекомендуемых литературы для родителей.

1. Андреев, С.Н. Футбол - твоя игра: Кн.для учащихся сред. и ст. классов. / С.Н. Андреев. - Москва: Академия, 2009. - 144 с.
2. Ахмеров, Э.К. Футбол для начинающих: учебное пособие / Э.К.Ахмеров. - Минск: Полымя, 2010. - 78 с.
3. Ашибоков, М.Д. Футбол: учебное пособие /М.Д Ашибоков. - Майкоп: изд-во АГУ, 2012. - 28с.
4. Витковски, З. Координационные способности в футболе: Диагностика, прогнозирование развития, тренировка. / З. Витковски. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2009. - № 4. - С. 28- 31.
5. Германов, Г.Н. Проектирование тренировочных заданий в учебных программах для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР. / Г. Н. Германов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - № 2. - С. 8-13
6. Голомазов, С.В. Теория и методика футбола. Техника игры / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - Москва: СпортАкадемПресс, 2007. - 472 с.

**Календарный тематический план
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Футбол: Шаг за шагом»**

№ п/п	Дата занятия		Тема / содержание занятия	Кол-во часов	Примечание	
	план	факт				
1	сентябрь	15.09.	Вводное занятие. Техника Безопасности. Введение в программу	1	Теория	
2	сентябрь	15.09.	ТБ Основные правила игры в футбол	1	Теория	
3	сентябрь	17.09.	ТБ. Введение в программу	1	Практика	
4	сентябрь	17.09.	ТБ на спортивном зале на занятиях	1	Теория	
5	сентябрь	22.09.	ТБ Правила игры, оборудование и инвентарь.	1	Практика	
6	сентябрь	22.09.	ТБ Техника передвижения игрока	1	Практика	
7	сентябрь	24.09.	ТБ Удар внутренней стороной стопы.	1	Практика	
8	сентябрь	24.09.	ТБ Остановка мяча.	1	Практика	
9	сентябрь	29.09.	ТБ Остановка катящегося мяча подошвой.	1	Практика	
10	сентябрь	29.09.	ТБ Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	Практика	
11	октябрь	01.10.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
12	октябрь	01.10.	ТБ Понятие здорового образа жизни. Значение и основные правила закаливания.	1	Теория	
13	октябрь	06.10	ТБ Удар носком	1	Практика	
14	октябрь	06.10.	ТБ Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1	Практика	
15	октябрь	08.10.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	
16	октябрь	08.10.	ТБ Ведение мяча в различных направлениях.	1	Практика	
17	октябрь	13.10.	ТБ Ведение мяча с различной скоростью	1	Практика	
18	октябрь	13.10.	ТБ Ведение мяча в различных направлениях.	1	Практика	

19	октябрь	15.10.	ТБ Остановка мяча	1	Практика	
20	октябрь	15.10.	ТБ Удар серединой лба на месте	1	Практика	
21	октябрь	20.10.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	
22	октябрь	20.10.	ТБ Ведение мяча в различных направлениях.	1	Практика	
23	октябрь	22.10.	ТБ Ведение мяча с различной скоростью	1	Практика	
24	октябрь	22.10.	ТБ Ведение мяча в различных направлениях.	1	Практика	
25	октябрь	27.10.	ТБ Ведение мяча с различной скоростью	1	Практика	
26	октябрь	27.10.	ТБ Ведение мяча в различных направлениях.	1	Практика	
27	октябрь	29.10.	ТБ Остановка мяча	1	Практика	
28	октябрь	29.10.	ТБ Удар серединой лба на месте	1	Практика	
29	ноябрь	03.11.	Соревнования, турниры	1	Теория	
30	ноябрь	03.11.	Соревнования, турниры	1	Практика	
31	ноябрь	05.11.	Соревнования, турниры	1	Практика	
32	ноябрь	05.11.	Соревнования, турниры	1	Практика	
33	ноябрь	10.11.	ТБ Тактические комбинации	1	Практика	
34	ноябрь	10.11.	ТБ Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	Теория	
35	ноябрь	12.11.	ТБ Техника удара по мячу ногой	1	Практика	
36	ноябрь	12.11.	ТБ Техника ударов по мячу и остановок мяча.	1	Практика	
37	ноябрь	17.11.	ТБ Остановка мяча	1	Практика	
38	ноябрь	17.11.	ТБ Остановка опускающегося мяча.	1	Практика	
39	ноябрь	19.11.	ТБ Техника удара по мячу ногой	1	Практика	
40	ноябрь	19.11.	ТБ Обманные движения (финты).	1	Практика	
41	ноябрь	24.11.	ТБ Учебные игры	1	Практика	
42	ноябрь	24.11.	ТБ Учебные игры	1	Практика	

43	ноябрь	26.11.	ТБ Учебные игры	1	Практика	
44	ноябрь	26.11.	ТБ Учебные игры	1	Практика	
45	декабрь	01.12.	ТБ Передача мяча	1	Практика	
46	декабрь	01.12.	ТБ на спортивном зале на занятиях	1	Теория	
47	декабрь	03.12.	ТБ Закаливание воздухом, водой, солнцем. Питание при занятиях спортом.	1	Теория	
48	декабрь	03.12.	ТБ Техника передвижения игрока	1	Практика	
49	декабрь	08.12.	ТБ Удар внутренней стороной стопы.	1	Практика	
50	декабрь	08.12.	ТБ Остановка мяча.	1	Практика	
51	декабрь	10.12.	ТБ Остановка катящегося мяча подошвой.	1	Практика	
52	декабрь	10.12.	ТБ Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	Практика	
53	декабрь	15.12.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
54	декабрь	15.12.	ТБ Гигиенические требования к одежде и обуви	1	Теория	
55	декабрь	17.12.	ТБ Удар носком	1	Практика	
56	декабрь	17.12.	ТБ Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	1	Практика	
57	декабрь	22.12.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	
58	декабрь	22.12.	ТБ Ведение мяча в различных направлениях.	1	Практика	
59	декабрь	24.12.	ТБ Учебные игры	1	Практика	
60	декабрь	24.12.	ТБ Учебные игры	1	Практика	
61	декабрь	29.12.	ТБ Учебные игры	1	Практика	
62	декабрь	29.12.	ТБ Учебные игры	1	Практика	
63	январь	12.01.	ТБ на спортивном зале на занятиях	1	Теория	
64	январь	12.01.	ТБ Влияние занятий футболом на телосложение человека.	1	Теория	
65	январь	14.01.	ТБ Техника передвижения игрока	1	Практика	
66	январь	14.01.	ТБ Удар внутренней стороной стопы.	1	Практика	
67	январь	19.01	ТБ Остановка мяча.	1	Практика	
68	январь	19.01.	ТБ Остановка катящегося мяча подошвой.	1	Практика	

69	январь	21.01.	ТБ Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	Практика	
70	январь	21.01.	ТБ Ведение мяча с различной скоростью	1	Практика	
71	январь	26.01.	ТБ Ведение мяча в различных направлениях.	1	Практика	
72	январь	26.01.	ТБ Остановка мяча	1	Практика	
73	январь	28.01.	ТБ Удар серединой лба на месте	1	Практика	
74	январь	28.01.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	
75	февраль	02.02.	ТБ Удар серединой лба на месте	1	Практика	
76	февраль	02.02.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
77	февраль	04.02.	ТБ Отбор мяча толчком плечо в плечо	1	Практика	
78	февраль	04.02.	ТБ Тактические комбинации	1	Практика	
79	февраль	09.02.	ТБ Удар серединой лба на месте	1	Практика	
80	февраль	09.02.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
81	февраль	11.02.	ТБ Правила игры, оборудование и инвентарь.	1	Теория	
82	февраль	11.02.	ТБ Гигиенические требования к одежде и обуви.	1	Теория	
83	февраль	16.02.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
84	февраль	16.02.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	
85	февраль	18.02.	ТБ. Тактические комбинации	1	Практика	
86	февраль	18.02.	ТБ Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1	Практика	
87	февраль	25.02.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
88	февраль	25.02.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	
89	март	02.03.	ТБ Правила игры, оборудование и инвентарь.	1	Теория	
90	март	02.03.	ТБ Остановка мяча	1	Практика	
91	март	04.03.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	

92	март	04.03.	ТБ Техника удара по мячу ногой	1	Практика	
93	март	09.03.	ТБ Техника удара по мячу ногой	1	Практика	
94	март	09.03.	ТБ Остановка мяча	1	Практика	
95	март	11.03.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика	
96	март	11.03	ТБ Влияние занятий футболом на телосложение человека.	1	Теория	
97	март	16.03.	ТБ Удар серединой лба на месте	1	Практика	
98	март	16.03.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
99	март	18.03.	ТБ Отбор мяча толчком плечо в плечо	1	Практика	
100	март	18.03.	ТБ Тактические комбинации	1	Практика	
101	март	23.03.	ТБ Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	Практика	
102	март	23.03.	ТБ Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1	Практика	
103	март	25.03.	ТБ Ведение мяча с различной скоростью.	1	Практика	
104	март	25.03.	ТБ Комбинации из освоенных элементов техники перемещений.	1	Практика	
105	март	30.03.	ТБ Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	Практика	
106	март	30.03.	ТБ Удар серединой лба на месте	1	Практика	
107	апрель	01.04.	ТБ Ведение мяча	1	Практика	
108	апрель	01.04.	ТБ Отбор мяча толчком плечо в плечо	1	Практика	
109	апрель	06.04.	ТБ Тактические комбинации	1	Практика	
110	апрель	06.04.	ТБ Удар по летящему мячу средней частью подъема	1	Практика	
111	апрель	08.04.	ТБ Техника удара по мячу ногой	1	Практика	
112	апрель	08.04.	ТБ Техника ударов по мячу и остановок мяча.	1	Теория	
113	апрель	13.04.	ТБ Остановка мяча	1	Практика	
114	апрель	13.04.	ТБ Остановка опускающегося мяча.	1	Практика	

115	апрель	15.04.	ТБ Техника удара по мячу ногой	1	Практика
116	апрель	15.04.	ТБ Обманные движения (финты).	1	Теория
117	апрель	20.04.	ТБ Ведение мяча	1	Практика
118	апрель	20.04.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика
119	апрель	22.04.	ТБ. Тактические комбинации	1	Практика
120	апрель	22.04.	ТБ Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1	Практика
121	апрель	27.04.	ТБ Ведение мяча	1	Практика
122	апрель	27.04.	ТБ Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1	Практика
123	апрель	29.04.	ТБ Техника удара по мячу ногой	1	Практика
124	апрель	29.04.	ТБ Остановка мяча	1	Практика
125	май	04.05.	ТБ Учебные игры	1	Теория
126	май	04.05.	ТБ Учебные игры	1	Практика
127	май	06.05.	ТБ Учебные игры	1	Практика
128	май	06.05.	ТБ Учебные игры	1	Практика
129	май	11.05.	ТБ Передача мяча	1	Практика
130	май	11.05.	ТБ Тактические комбинации	1	Практика
131	май	13.05.	ТБ Отбор мяча посредством согласованных действий	1	Практика
132	май	13.05.	ТБ Удары по воротам	1	Практика
133	май	18.05.	ТБ Передача мяча	1	Теория
134	май	18.05.	ТБ Тактические комбинации	1	Практика
135	май	20.05.	Соревнования, турниры	1	Практика
136	май	20.05.	Соревнования, турниры	1	Практика
137	май	25.05.	Соревнования, турниры	1	Практика

138	май	25.05.	Соревнования, турниры	1	Практика
139	май	27.05.	ТБ Сдача нормативов. Итоговое занятие	1	Практика
140	май	27.05.	ТБ Сдача нормативов. Итоговое занятие	1	Практика
			Итого:	140 ч.	

Протокол промежуточной аттестации
Группа _____
Ф.И.О. педагога дополнительного образования
Результаты обучения по программе
«Футбол»

	ФИО	Контрольные нормативы								Результат	Уровень

№ п/п	ФИО	Бег 30 м.	Подъем туловища лежа на спине 30с.	Бег 1000м.	Прыжок в длину с места	Подтягивание (мальчики) Отжимания (девочки)	Результат	Уровень