Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ школа № 583 Приморского района Санкт-Петербурга)
197373, Санкт-Петербург, пр. Авиаконструкторов, дом 14, лит. А
тел./факс 395-26-52, тел 395-26-52

РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА

Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 583 Приморского района Санкт-Петербурга
от 27.05.2026 Протокол № 15

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ школы № 583
Приморского района Санкт-Петербурга
от 27.05.2026 г. № 623 -д
_____/А.В. Чередниченко/
подпись Ф.И.О.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
УСИЛЕННО КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат:
32A6 0C03 A857 C165 4333 B92D 161A 5B76
Владелец: Чередниченко Алла Васильевна
Действителен: с 17.06.2025 по 10.09.2026

ПРИНЯТ
с учётом мнения Совета родителей
от 27.05.2026 года
протокол № 6

ПРИНЯТ
с учётом мнения Совета обучающихся
от 27.05.2026 года
протокол № 6

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

К дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Футбол»

Срок реализации программы: 1 год

Возраст детей: 11-15 лет

Год реализации программы 2026-27 учебный год.

Разработчик: Заварзин П.М.

Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург, 2026 г.

1. Пояснительная записка

Сегодня спорту принадлежит значительная роль в воспитании молодого поколения страны. Спорт является важным социальным фактором в деле формирования человека. Спортивные занятия с детьми и подростками служат составной частью их всестороннего развития, воспитания и укрепления здоровья. В физической культуре и спорте все успехи и достижения человека главным образом зависят от него самого. В этом случае вырабатываются самостоятельность, творчество, и инициатива, целеустремлённость, самодисциплина, отказ от вредных привычек, это становиться принципом жизнедеятельности активной личности, несовместимой с курением, алкоголем, наркоманией. Сегодня в огромном арсенале средств физической культуры и спорта одним из наиболее массовых является футбол.

Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (действующая редакция, 2016);
- Приказа Минобрнауки России от 29 августа 2013 года № 1008;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. N 09-3242 «О направлении информации»);
- Распоряжения Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 1 марта 2017 г. № 617-Р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;
- Устава ГБОУ школа №583 Приморского района Санкт-Петербурга;
- Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ГБОУ школа №583 Приморского района Санкт-Петербурга.
- Нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирование на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.

В образовательной программе представлены основные разделы спортивной подготовки футболистов спортивно-оздоровительного направления, изложенные на основе новейших данных в области теории физической культуры и спорта. В основу рабочей программы заложены нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность спортивных школ, результаты научных исследований.

Образовательная программа модифицированная, так как составлена на основе типовой образовательной программы по футболу для детско-юношеских спортивных школ.

Новизна программы: состоит в том, что в отличие от стандартных учебных программ по

физической культуре, в которые включаются практически, все массовые виды спорта, есть направление – футбол. В этой программе учащимся предлагается выбрать этот вид спорта и совершенствоваться в нём в течение всего периода обучения во внеурочное время.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность образовательной программы.

Футбол – наиболее массовый, популярный, доступный вид спорта, имеющий большое прикладное значение. Регулярные занятия в беге, прыжках, ходьбе способствуют гармоничному развитию человека. В процессе занятия развиваются сила и выносливость, быстрота и ловкость, укрепляются внутренние органы и системы; занимающиеся улучшают своё здоровье и закаливают волю и характер. Занятия футболом стали альтернативой пагубной для психики и здоровья молодёжи экранной, компьютерно-игровой и наркотической зависимости. Футбол сегодня в огромном арсенале средств физической культуры и спорта в современном мире является одним из наиболее массовых и популярных среди всех видов спорта. Футбол эффективно влияет на улучшение физического развития учащихся. Занятия могут проходить на свежем воздухе. Также они способствуют укреплению костно-связочного и мышечного аппарата, улучшению обмена веществ в организме, совершенствованию различных его функций. Большой объём разнообразной тренировочной и спортивной работы воспитывает выносливость, смелость и решительность, настойчивость и самостоятельность, инициативность и дисциплинированность. Взаимодействие педагога и воспитанников приучает к сотрудничеству и взаимопомощи, воспитывает чувства дружбы и товарищества.

В основе образовательной программы по футболу заложены рекомендации Государственной программы предложенной для ДЮСШ и программа общеобразовательных учреждений: под редакцией В.И.Лях, переработанных для применения в условиях ГБОУ № 583.

Отличительные особенности данной образовательной программы

- Не учитываются антропометрические данные детей, за основу берётся желание ребёнка, допущенного врачом по состоянию здоровья.
- Предусмотрен перерыв в занятиях на период летних каникул.
- На каждом этапе обучения возможно зачисление новых учеников при условии успешной сдачи контрольных нормативов

Адресат программы. Программа «Футбол» предназначена для детей возраста 11-15 лет. При разработке программы были учтены рекомендации по возрастной физиологии и спортивной медицине, по теории и методики физического воспитания, педагогике, гигиене, психологии. Учащиеся, которые не хотят применять большие физические нагрузки для физической

подготовленности, в большей степени заинтересованы футболом. Преимуществом учащихся будет, если развиты такие качества как ловкость и координационные способности. В группу зачисляются все желающие, кроме детей с медицинскими показаниями запрещающими физические нагрузки.

Цель программы:

Привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формирование здорового образа жизни детей и подростков и выявление талантливых футболистов с последующей рекомендацией для перевода в группы ДЮСШ, СДЮШОР.

Объем и срок реализации программы

Продолжительность освоения образовательной программы рассчитана на 1 год. Занятия проводятся два раза в неделю по 2 часа.

Задачи программы:

Обучающие:

- Обучить приёмам техники игры в футбол: остановка мяча внутренней частью стопы, передача мяча внутренней частью стопы, удары по мячу подъёмом стопы, обработка мяча различными частями тела, обводка и финты.

- Дать базовые знаниям по теории и практике физической культуры.

-Дать базовые знания о истории футбола и спорта.

Развивающие:

- Развить физическое качество ловкость для успешного овладения навыками игры.

- Развить специальные способности футболистов – скорость и ловкость, ориентировку в пространстве, быстроту перемещения с изменяющимся направлением движения, умение взаимодействовать с партнёрами по команде.

- Развить коммуникативные навыки, навык быстроты мышления, развить уверенность в себе.

Воспитательные:

- Воспитать дисциплинированность, мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, профессиональной деятельности, общественной жизни; гражданской позиции, навыков

здорового образа жизни.

- Воспитать позитивные морально-волевые качества для участия в соревнованиях.

Воспитательные:

- Воспитать систему ценностных отношений личности к себе, другим людям, гражданским правам и обязанностям.

- Сформировать общественную активность личности, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни.

- Поддержать позитивные морально-волевые качества для участия в соревнованиях.

Условия реализации программы

Комплектование учебной группы проводится ежегодно в период с 1 по 15 сентября.

В течение учебного года ввиду выбытия из состава обучающихся, данная группа может быть доукомплектована в результате поиска и отбора одаренных детей, по итогам сданных контрольных нормативов.

Продолжительность образовательного процесса -144часа (2 часа в неделю по 2 часа). Согласно требованиям СанПиН, один академический час равен 45 минутам.

Для реализации программы необходим один педагог, спортивный зал, спортивная площадка. (футбольное поле). Для проведения занятий в секции необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Мячи теннисные – 15шт.
2. Скакалки – 20шт.
3. Футбольный мяч, размер 5 с отскоком –15шт.
4. Ручной мяч – 1шт.
5. Гимнастическая стенка – 6-8 пролётов.
6. Гимнастическая скамейка – 3-4шт.
7. Гимнастические маты – 8шт.
8. Ворота для мини футбола в зале, ворота для футбола – 2шт.
9. Футбольное поле.
10. Стойки и фишки

В конце каждого учебного года проводятся итоговые соревнования на первенство, которые одновременно являются переводными испытаниями из группы в группу. Наиболее способные и подготовленные в спорте учащиеся по предложению руководителя объединения с разрешения врача могут быть допущены к занятиям в следующей (старшей) возрастной группе. Кроме того,

в каждой учебной группе не менее двух раз в учебном году (в сентябре, апреле) проводятся испытания по контрольным упражнениям, которые разрабатывает руководитель объединения на основе программы.

Изучение технической, тактической, общей физической и специальной физической подготовки проводятся на секционных занятиях в спортивном зале и футбольном поле. Теоретическая подготовка проводится в виде бесед. Обучение правилам судейства соревнований по футболу проходят в виде обсуждения после посещения соревнований. Контрольные испытания по окончании каждого года обучения проводятся в виде соревнований.

Сроки реализации

Программа ориентирована на детей 11-14 лет, в группы принимаются все желающие, имеющие медицинский допуск. Программа рассчитана на 1 год обучения.

Режим занятий

Занятия групповые. Проводятся:
2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год).

Формы занятий:

- практическое

- теоретическое

- соревнование

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

- групповая

- индивидуально-групповая

Методы обучения:

Вербальные (беседы, работа по устным рекомендациям, анализ проделанной работы);

Наглядные (демонстрация иллюстративного материала, показ приемов работы, работа по заданиям);

Практические (наблюдения, самостоятельная, творческая работа);

ИКТ (информационно-коммуникационные технологии).

Планируемые результаты

По окончанию обучения:

Личностные результаты – мировоззрение, убеждения, нравственные принципы, профессиональной деятельности, общественной жизни; гражданской позиции, навыков здорового образа жизни.

Метапредметные результаты - учебно-познавательная, информационная, личностного самосовершенствования, применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях.

Предметные результаты – освоенный учащимися опыт специфической деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, таких как: остановка мяча внутренней частью стопы, передача мяча внутренней частью стопы, удары по мячу подъёмом стопы, обработка мяча различными частями тела.

Формы подведения итогов реализации программы:

В процессе учебно-тренировочной работы систематически ведется, является контроль, определяющий эффективность учебно-тренировочной работы с футболистами на всех этапах подготовки. Основой контроля является стимулирующая балловая система. Спортсмены получают баллы за:

1. Текущее усвоение изучаемого материала.
2. Выполнение контрольных испытаний по общей и специальной физической подготовке. Проводятся три раза в год: в начале года – для определения уровня общей и специальной физической подготовленности обучающихся, в середине и в конце года для контроля качества специального и физического развития обучающихся, овладения ими техническими игровыми действиями и приёмами.
3. Оценку по результатам выступления в соревнованиях и за индивидуальные игровые показатели.

2. Учебный план

	Разделы подготовки	1 год обучения		
		Всего часов	Теория	Практика
1.	Теоретическая подготовка	**6**	6	-
2.	Общая физическая и специальная подготовка.	**68**	6	62
3.	Техническая подготовка	**40**	8	32
4.	Тактическая подготовка	**8**	3	5
5.	Контрольные игры и соревнования	**18**	2	16
6.	Контрольные испытания	**4**		4
7.	**Общее количество часов**	**144**	**25**	**119**

3.Календарно-тематическое планирование.

№ занятия	Дата проведения		Разделы, темы образовательного процесса	Кол-во часов	Форма контроля
	План.	Факт.			
1	1 нед.		Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	2	Контр.исп
2	1 нед.		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	Текущий
3	2 нед.		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	2	Текущий
4	2 нед.		Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	2	Текущий
5	3 нед.		Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2	Текущий
6	3 нед.		Физподготовка. Прыжки через барьер 2	2	Текущий.

			серии через круг легкого бега, футбол.		
7	4 нед.		Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	2	Текущий
8	4 нед.		Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	2	Текущий
9	5 нед.		Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	2	Текущий
10	5 нед.		Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	2	Текущий
11	6 нед.		Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	2	Текущий
12	6 нед.		Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	2	Текущий
13	7 нед.		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2	Текущий
14	7 нед.		Подвижные игры.	2	Текущий
15	8 нед.		Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	2	Текущий
16	8 нед.		Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	2	Текущий
17	9 нед.		Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	2	Текущий.
18	9 нед.		Упражнение«квадрат». Двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
19	10 нед.		Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	2	Текущий.
20	10 нед.		Товарищеская игра.	2	Текущий
21	11 нед.		Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	2	Текущий
22	11 нед.		Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	2	Текущий
23	12 нед.		Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	2	Текущий
24	12 нед.		Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	2	Текущий
25	13 нед.		Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	2	Текущий
26	13 нед.		Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	2	Текущий
27	14 нед.		Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	2	Текущий
28	14 нед.		Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	2	Текущий

29	15 нед.		Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
30	15 нед.		Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	2	Контр.исп
31	16 нед.		Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2	Текущий
32	16 нед.		Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2	Текущий
33	17 нед.		Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2	Текущий
34	17 нед.		Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	2	Текущий
35	18 нед.		Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	2	Текущий
36	18 нед.		Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
37	19 нед.		Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	2	Текущий
38	19 нед.		Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	2	Текущий
39	20 нед.		Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	2	Текущий
40	20 нед.		Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	2	Текущий
41	21 нед.		Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	2	Текущий
42	21 нед.		Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
43	22 нед.		Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	2	Текущий
44	22 нед.		Специальные упражнения. Чеканка мяча.	2	Текущий
45	23 нед.		Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	2	Текущий
46	23 нед.		Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	2	Текущий
47	24 нед.		Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
48	24 нед.		Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
49	25 нед.		Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	2	Текущий
50	25 нед.		Товарищеская игра	2	Текущий

51	26 нед.		Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	2	Текущий
52	26 нед.		Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
53	27 нед.		Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	2	Текущий
54	27 нед.		Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель,теннисбол.	2	Текущий
55	28 нед.		Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.	2	Текущий
56	28 нед.		Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	2	Текущий
57	29 нед.		Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	2	Текущий
58	29 нед.		Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	2	Текущий
59	30 нед.		Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
60	30 нед.		Игра на опережение, старты из различных положений.	2	Текущий
61	31 нед.		Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	2	Текущий
62	31 нед.		Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	2	Текущий
63	32 нед.		Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2	Текущий
64	32 нед.		Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	2	Текущий
65	33 нед.		Прием мяча различными частями тела.	2	Текущий
66	33 нед.		Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2	Текущий
67	34 нед.		Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	2	Контр.исп
68	34 нед.		Двусторонняя учебная игра.	2	Текущий
69	35 нед.		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2	Текущий
70	35 нед.		Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	2	Текущий
71	36 нед.		Старты из различных положений, двусторонняя игра.	2	Текущий
72	36 нед.		Двусторонняя учебная игра. Сдача контрольных нормативов.	2	Текущий

4.Содержание изучаемого курса.

Формирование значительного объема двигательных действий.

Основной принцип первого года обучения – универсальность подготовки.

1.Теоретическая подготовка. Техника безопасности во время занятий в зале и на улице.

Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм, оказание первой (доврачебной) медицинской помощи. Общие гигиенические требования. Режим дня, труда и отдыха.

Краткая характеристика футбола как средство физического воспитания. История возникновения футбола. Личная гигиена. Значение правильного режима дня юного спортсмена. Разборы и изучение правил игры в «футбол». Площадка для игры в футбол, ее устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу.

2.Общефизическая и специальная подготовка.

Теория. Значение общефизической подготовки для развития быстроты, выносливости, скорости, силовых качеств. Основные сведения о специальной подготовке и ее значение для роста спортивного мастерства.

Практика. Строевые упражнения. Понятие о строе и командах. Шеренга, колонна, дистанция и интервал. Расчет по порядку. Расчет на «первый – второй». Перестроение из одной шеренги в две. Размыкание и смыкание приставными шагами. Повороты на месте направо налево. Начало движения шагом с левой ноги.

Общеразвивающие упражнения. Сгибание и разгибание рук. Круговые движения одной рукой. Движения плечами(вверх, вниз, вперед, назад). Движение кистями (сгибание и разгибание, приведение и отведение, круговые движения). Поочередное движение руками. Взмахи ногой вперед, назад и в сторону. Сгибание и разгибание ног в положении сидя. Приседание и переход в стойку на коленях. Вставание из седа, скрестив ноги. Наклоны туловища вперед и в стороны Прыжки на месте на обеих ногах скрестно. Прыжки на одной ноге с продвижение вперед. Общеразвивающие упражнения с большими и малыми мячами, гимнастическими палками.

Акробатические упражнения. Перекаты в сторону из упора, стоя на коленях. Перекаты вправо (влево) из упора, стоя на правом (левом) колене, левая нога в сторону на носок. Перекаты в сторону в широкой группировке. Кувырок вперед из упора в, положение, сидя в группировке. Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости: 1.встать к стене (положение рук – на пояс, в стороны, к плечам), поднять согнутую ногу, выпрямить ее и отвести в сторону. 2. То же с подниманием на носки. 3. Стоя у стены, прижавшись к ней,

наклониться вправо, а затем, не отрываясь от стены, вернуться в и.п. То же влево. Положение рук может быть различным; за голову, на голове, вверх, на пояс и др.

Упражнения с удержанием груза на голове (вес 150 – 200г); 1. Удержание груза на голове, медленно присесть и встать. 2. То же с касанием пяток пальцами рук. 3. Стоя на одной ноге, поднять другую вперед и подтянуть к животу. 4. Ходьба боком по рейке гимнастической скамейки.5. Передвижение вправо и влево по рейке гимнастической скамейки.

Упражнения для мышц спины: 1. Ходьба на носках, высоко поднимая колени. 2. Ходьба на пятках (пальцы поднимать как можно выше). 3. Ходьба на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками). 4. Захватить пальцами правой ноги ручку скакалки, поднять ее и взять рукой; затем пальцами левой ноги взять ее из рук и положить на пол; то же выполнить в обратном порядке. 5. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет (малый мяч, булаву и др.) 6. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп обеих ног булаву, стоящую на полу, поднять и переставить влево; то же выполнить вправо.

Легкоатлетические упражнения. Челночный бег (3 х 10м). Бег на 30 м. Кросс без учета времени на 300 и 500м. Многоскоки (8 прыжков – шагов с ноги на ногу). Лазание по канату с помощью ног. Метание теннисного мяча в цель. Полоса препятствий (из 10 видов упражнений).

*Подвижные игры***.** «У медведя во бору», «Салки», «Мяч среднему», «Совушка», «Группа, смирно!», «Самый меткий», «Метко в цель», «Прыжки по полоскам», «Охотники и утки». «Волк во рву», «Выбей водящего», «Команд быстроногих».

3.Техническая подготовка.

Теория. Основные сведения о технической подготовке и ее значение для роста спортивного мастерства.

Практика. Техника передвижения. Бег, бег приставным шагом. Бег с изменением направления. Прыжки: вверх, вверх-вперед, толчком одной и двумя ногами с места.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу (от игрока, навстречу ему, справа и слева). Выполнение ударов на точность после остановки, ведения и обманных движений.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка с места и с разбега по летящему навстречу мячу.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте и в движении. Остановка грудью и бедром летящего навстречу мяча.

Ведение мяча. Ведение мяча носком (средней частью подъема), внутренней и внешней частью подъема. Ведение мяча; по прямой; по кругу; по «восьмерке»; между стоек.

Обманные движения (финты). Остановка мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом): имитация удара по мячу ногой с последующим уходом от соперника вправо или лево.

Отбор мяча. Отбор мяча выбиванием и выпадом у соперника, движущегося навстречу , слева и справа от игрок

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча с места из положения ноги врозь и ноги вместе.

Вбрасывание мяча на точность: в ноги стоящему партнеру или ему на ход.

4. Тактическая подготовка.

Теория. Основные сведения о тактической подготовке и ее значение.

Практика. Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изучаемых технических приемов в игровой обстановке. Определение и понимание игровых ситуаций, целесообразных для ведения мяча, обводки соперника, передачи мяча партнеру.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение игроков в играх на малых площадках в ограниченных составах 3 х 3, 4 х 4.Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнера и соперника. Выбор момента для «отрывания» с целью получения мяча. То же для закрывания «соперника».

Групповые действия. Взаимодействие двух или трех партнеров в играх. Выполнение передач в ноги партнеру, на свободное место, на удар. Выполнение простейших комбинаций при начальном, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча из-за боковой линии.

5. Контрольные игры и соревнования.

Теория. Анализ проведенных игр. Разбор ошибок.

Практика. Соревнования по правилам футбола.

5.Оценочные и методические материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: текущие, промежуточные и итоговые контрольные испытания (Приложение 1) и методика оценки результативности реализации образовательной программы (Приложение 2).

Система оценки

За каждое контрольное упражнение выставляется балл (оценка). Затем определяется средний балл по итогам контрольного испытания, путём суммирования баллов, набранных за каждое контрольное упражнение и деления полученной суммы на общее количество тестов контрольного испытания. По итогам всех контрольных упражнений определяется средний балл,

путём суммирования средних баллов, полученных на каждом контрольном упражнении и деления полученной суммы на общее количество контрольных упражнений. Полученный балл будет являться конечной оценкой индивидуальных способностей поступающих.

Контрольно-нормативные требования к спортивной подготовленности.

№ п/п	Виды испытаний	Результат 5баллов	Результат 4балла	Результат 3балла
1.	Челночный бег 4х9 м.	9,8	10,3	10,8
2.	Бег 60 м.	9,4	10,0	10,8
3.	Прыжки с места (см)	180	170	150
4.	Бег 30м с ведением мяча	6,0	6,3	6,6
5.	Жонглирование мяча ногами (поочередно правой и левой ногой) раз	21	18	15
6.	Ведение мяча по «восьмерке»	+	+	+

Примечание. Знак + означает, что норматив считается выполненным при улучшении показателей

Приложение 1

Название программы: _____

Год обучения: _____

Фамилия, имя, отчество педагога: _____

№ п/п	ФИ учащегося	**Контрольные испытания**						
		Челночный бег 4х9 м.	Бег 60 м.	Прыжки с места (см)	Бег 30м с ведением мяча	Жонглирование мяча ногами (поочередно правой и левой ногой) раз	Ведение мяча по «восьмерке»	Средняя оценка кол.-во баллов.
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								

8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Приложение 2

Карта оценки результативности реализации образовательной программы

Название программы: _____

Срок освоения программы: _____

Фамилия, имя, отчество педагога: _____

№ п/п	ФИ учащегося	**Параметры результативности реализации программ**							Общая оценка уровня результативности
		Опыт освоения теоретической информации (объём, прочность, глубина)	Опыт практической деятельности (степень освоения способов	Опыт эмоционально-ценностных отношений	Опыт творчества	Опыт общения	Осознание ребёнком актуальных достижений.	Мотивация и осознание перспективы	

Список литературы:

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе.М., Советский спорт 2008
2. Боген М. Обучение двигательным действиям. — Москва, ФиС, 1985
3. Вихров К. Игры в тренировке футболист. — Киев «Здоровье», 1983
4. Волков В.В. Спортивный отбор. — Москва, ФиС, 1983
5. Голомазов С, Чирва Б. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов. - Москва, ФиС, 1994
6. Голомазов С. Шинкаренко И. Футбол. Тренировка специальной работоспособности футболистов. — Москва, ФиС, 1994
7. Гриндлер К., Пальке Х., Хеммо Х. Физическая подготовка футболистов. - Москва, ФиС, 1976
8. Зеленцов А., Лобановский В., Кондратьев А. «Тактика и стратегия в футболе» — Киев, «Здоровье», 1989
9. Качани Л., Горский Л. «Тренировка футболистов» Шпорт, словацкое физкультурное издательство, 1984
10. Качалин Г. «Тактика футбола» — Москва, ФиС, 1986.
11. Люкшинов Н. «Искусство подготовки высококлассных футболистов» — М., Сов. спорт, 2006
12. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол – игра для всех.
13. Сассо Э. «Футбольный тренер» — Москва Олимпия Ргезз, 2003

Хеддерготт К.-Х. «Новая футбольная школа» — Москва, ФиС, 1976