

Управление образования городского округа – город Волжский Волгоградской области
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 35 им. Дубины В.П. г. Волжского Волгоградской области»

Принята на заседании
Методического совета
Протокол № 1
от «30» августа 2021 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ СШ № 35
им. Дубины В.П.
_____ В.Н. Рода
« _____ » _____ 2021 г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ФУТБОЛ»**

Возраст обучающихся: 7 - 12 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Данилов Сергей Юрьевич,
педагог дополнительного образования,

Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» является программой физкультурно-спортивной направленности, поскольку ориентирована на развитие физических способностей и качеств, удовлетворение индивидуальных потребностей в совершенствовании, получении базовых знаний, умений и навыков посредством изучения техники и тактики футбола.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» обусловлена тем, что в настоящее время продолжает расти негативная тенденция, связанная с отсутствием заинтересованности в занятиях физическими упражнениями, что способствует снижению двигательной активности, физической и функциональной подготовленности учащихся. Вследствие острого дефицита физической активности, у большинства наблюдаются ухудшение деятельности сердечно - сосудистой и дыхательной систем, зрения, нарушение обмена веществ и увеличение веса, снижение сопротивляемости к различным заболеваниям. Футбол — это эффективное средство укрепления здоровья, обеспечения и достижения высокого уровня профессионализма в социально значимых видах деятельности; развития физического потенциала, обеспечивающее достижение необходимого и достаточного уровня физических качеств, формирование системы двигательных умений и навыков.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что в процессе ее реализации учащиеся восполняют недостаток двигательной активности, имеющийся у них в связи с высокой учебной нагрузкой. Систематические занятия футболом будут способствовать развитию у учащихся силы, быстроты, выносливости, решительности, чувства коллективизма, а также улучшат деятельность центральной нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной систем организма. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как взаимопомощь, активность и чувство ответственности.

Отличительной особенностью данной программы является увеличение количества занятий по изучению и совершенствованию технических приемов и тактических действий, формирование знаний по теории и методике игры в футбол в разделе «Техническая и тактическая подготовка игры в футбол», что позволяет привлечь как можно больше учащихся к занятиям футболом и достигнуть более высокого результата. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено, незаслуженно, мало внимания. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Адресат программы

Программа рассчитана на учащихся 7-12 лет. Это возраст интенсивного роста и развития всех функций и систем организма детей. Высокая двигательная активность и значительное развитие двигательных функций позволяют считать этот возраст благоприятным для начала регулярных занятий футболом. В учебную группу принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний по состоянию здоровья. При формировании учебной группы учитываются возраст и возрастные особенности учащихся.

Младший школьный возраст характеризуется ростом физической выносливости, работоспособности, но повышена утомляемость, эмоциональная чувствительность и

ранимость. Особенности в развитии костно-мышечной системы и организации движений, крупные мышцы развиваются быстрее, дети легко выполняют размашистые и широкие движения, развивается координация, укрепляется мышечная система, дыхательная мускулатура, развиваются навыки владения телом. Благодаря этому интенсивно развиваются и перестраиваются внимание, первичные познавательные процессы, мыслительные процессы.

Обучающихся младшего подросткового возраста отличает период бурного и неравномерного физического развития, ускорение роста и конечностей (особенно рук). Благодаря этому движения являются недостаточно правильно координированными. Происходит увеличение массы мышц, мышечной силы, но мышцы не способны к длительному напряжению. Наблюдаются изменения со стороны нервной системы: процесс возбуждения преобладает над процессом торможения, ребенку становятся присущи вспыльчивость, раздражительность.

Психологические особенности младшего подросткового возраста: чувство взрослости, стремление выстраивать собственную линию поведения, вырабатывать и высказывать определенные взгляды, оценки и их отстаивание. Совершенствуются такие процессы как самооценка, самопознание, рефлексия. Ведущей деятельностью становится общение и общественно значимая деятельность.

Уровень программы - ознакомительный.

Объем и срок реализации программы - 96 часов, программа рассчитана на 1 год обучения.

Форма обучения - очная.

Режим занятий - занятия проходят 3 раза в неделю по 1 часу.

Особенности организации образовательного процесса.

Состав группы на занятиях постоянный, разновозрастной, количество детей – от 15 до 25 человек. Зачисление осуществляется по заявлению законных представителей ребенка, без предъявления каких либо требований к антропометрическим данным, гибкости и другим показателям пригодности к данному виду спорта. К спортивно-оздоровительному этапу по данной программе допускаются все мальчики, желающие заниматься футболом и не имеющие медицинских противопоказаний.

Основная форма занятия – комплексное учебное занятие, включающее в себя вопросы теории и практики. Целью теоретической подготовки является овладение минимумом знаний, необходимых для понимания сущности спорта и его социальной роли.

Теоретическая подготовка проводится в виде коротких сообщений, объяснений, рассказов и бесед в начале тренировочного занятия или в форме объяснений во время отдыха.

Практические занятия включают общую физическую, специальную физическую, техническую, игровую виды подготовки, участие в соревнованиях, медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия.

Форма организации детей на занятии групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

Формы проведения занятий: тренировочное занятие, предусмотрено планом вводное, итоговое, открытые занятия, соревнования. *По типу* занятия могут быть комбинированными, практическими, контрольными, тренировочными, теоретическими, диагностическими. *Методы обучения:* словесный, наглядный, практический.

Цель программы: формирование устойчивого интереса учащихся к занятиям физкультурой и спортом, посредством изучение техники и тактики футбола.

Задачи программы:

образовательные (предметные):

- обучить техническим элементам и правилам игры;
- обучить стандартным индивидуальным и командным тактическим действиям;
- сформировать знания об особенностях построения оздоровительного занятия на развитие физических качеств;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- сформировать знания о безопасном поведении во время занятий и причинах травматизма.
- сформировать знания об истории возникновения и перспективах развития футбола в мире, в стране, в регионе.

метапредметные:

- развивать регулятивные учебные действия;
- развивать познавательные учебные действия;
- развивать коммуникативные учебные действия.

личностные:

- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность, исполнительность;
- формировать потребность в здоровом образе жизни.

Формы аттестации.

Формой контроля являются тестовые упражнения. Тестовые упражнения проводятся в начале и конце учебного года. Шкала оценки уровня физической подготовленности по ОФП, СФП и ТТ для занимающихся в спортивной секции «Футбол» см. таблица 1.

Учебно-тематический план

№	Содержание	Теория	Практика	Всего	Формы контроля
Раздел 1 Введение в программу					
1.1	Введение в программу.	1		1	наблюдение, тестирование
Раздел 2 Футбол как вид спорта					
2.1	Гигиена футболиста		1	1	наблюдение, тестирование
2.2	Экипировка футболиста		1	1	
2.3	Оборудование мест соревнований	1	1	2	
2.4	Правила соревнований	1	1	2	
Раздел 3 Общефизическая подготовка					
3.1	Общеразвивающие упражнения	1	2	3	наблюдение, контроль выполнения упражнений
3.2	Упражнение на координацию и равновесие	1	2	3	
3.3	Упражнения со скакалкой	1	1	2	
3.4	Подвижные игры	1	2	3	
Раздел 4 Техническая подготовка					
4.1	Техника передвижения	1	2	3	наблюдение, контроль выполнения упражнений
4.2	Удары ногами	1	3	4	
4.3	Удары головой	1	2	3	
4.4	Остановка мяча	1	2	4	
4.5	Передачи мяча	1	3	4	
4.6	Ведение мяча. Обманные	1	2	3	

	движения (финты)				
4.7	Отбор мяча	1	2	3	
Раздел 5 Тактическая подготовка					
5.1	Атакующая тактика	2	9	11	наблюдение, контроль выполнения упражнений
5.2	Оборонительная тактика	2	9	11	
Раздел 6 Специальная физическая подготовка					
6.1	Основные средства специальной физической подготовки. Основные физические качества: сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость.	1	3	4	результативность
6.2.	Значение специальных физических качеств в формировании двигательных навыков и умений.	1	3	4	
Раздел 7 Соревновательная подготовка					
7.1	Инструктаж по технике безопасности во время проведения и участия в соревнованиях по футболу.	1	3	4	
7.2.	Правила поведения во время соревнований, отношения к соперникам и судьям соревнований. Установка на игру.	1	3	4	
7.3.	Участие в соревнованиях		6	6	
Раздел 8 Подведение итогов					
8.1	Итоговое занятие			3	анализ, самоанализ
Итого часов		19	53	96	

Содержание программного материала

Раздел 1. Введение.

Теоретическая часть. Знакомство с группой. Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом. Причины травматизма. Спортивная форма для занятий футболом. Выбор старосты группы. Ознакомление с программой текущего года обучения.

Практическая часть. Ознакомление с местами проведения занятий. Подвижные игры.

Форма контроля. Опрос

Раздел 2. Футбол как вид спорта

Темы: Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Правила игры. Строение и функции организма человека. Гигиенические знания и навыки. Структура занятия. Самоконтроль. Физиологические основы спортивной тренировки.

Форма контроля. Опрос, беседа.

Раздел 3. Общая физическая подготовка

Теоретическая часть. Классификация упражнений. Влияние физических упражнений на развитие двигательных способностей. Значение всесторонней физической подготовки для укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем, и воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Характеристика средств общей физической подготовки, применяемых в тренировочных занятиях с юными футболистами.

Практическая часть. Упражнения для рук и плечевого пояса из различных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) – сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки руками на месте и в ходьбе.

Упражнения для ног: поднимание на носки, сгибание ног в тазобедренных суставах, приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем и заднем и боковом направлениях, выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног, сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

Упражнения для шеи и туловища: наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, седы. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, резиновыми амортизаторами, палками.

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивания, отжимания, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладка груза. Лазание по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке Упражнения на тренажерах.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег на дистанциях от 30 до 100 метров. Бег по наклонной плоскости. Бег за лидером. Выполнение ОРУ в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. ОРУ с широкой амплитудой движений. Упражнения с партнером. Наклоны повороты. Гимнастические упражнения.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения ногами и руками. Перекаты, кувырки. Опорные прыжки. Упражнения в равновесии. Жонглирование мячами.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки через препятствия, планку, в длину с места и разбега. Прыжки с ноги на ногу. Бег по песку. Комбинированные эстафеты. Упражнения для развития общей выносливости. Равномерный и переменный бег на дистанцию от 500 до 1000 м. Кроссы. Различные спортивные игры.

Форма контроля. Тестовые упражнения.

Раздел 4. Техническая подготовка

Теоретическая часть. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол: удар прямой и с подкруткой, точность удара, траектория полёта мяча после удара, обманные движения (финты), отбор мяча, передача мяча, остановка мяча, ведение мяча. Определение игровых амплуа. Техника игры вратаря. Классические комбинации в стандартных ситуациях. Анализ выполнения различных технических приемов и эффективности их применения: ударов мяча, остановок, ведения, обводки обманных движений (финтов), передачи, отбора, вбрасывания мяча, основных технических приемов игры вратаря.

Практическая часть.

Техника полевого игрока. Перемещения: бег с изменением направления; бег с изменением скорости; смена бега спиной вперёд лицом вперёд. Остановка мяча: Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего навстречу мяча — на месте и в движении. Передача мяча. Передача внутренней и внешней частями подъема правой и левой ногой. Ведение мяча. Ведение внутренней и внешней частями подъема правой и левой ногой и поочередно: по прямой, меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения. Ложные движения (финты). После замедления бега или неожиданной остановки — рывок с мячом в другом направлении или внезапная передача мяча назад (откатывая подошвой) партнеру. Ложный замах ногой для удара по мячу. Ложное движение туловища в одну сторону — рывок с мячом в другую сторону. Имитируя удар по мячу, перенести в последний момент ногу через мяч, наклонить туловище в одну сторону и сделать рывок с мячом в другую. Отбор, мяча, перехват мяча. Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы и серединой, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары по неподвижному и катящемуся мячу носком. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывков. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема. Удары на точность: в ноги партнеру, в ворота, в цель, на ход двигающегося партнеру. Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: партнеру, в ворота, в цель, на ход двигающегося партнеру.

Техника вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низколетящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке (с места и разбега). Ловля летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и разбега). Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Форма контроля. Тестовые упражнения.

Раздел 5. Тактическая подготовка

Теоретическая часть. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра. Индивидуальные и групповые тактические действия. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольной площадке. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов мяча. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Выведение позиции мяча и игроков в стандартное положение.

Практическая часть. *Тактика нападения (полевого игрока).* Индивидуальные действия. Применение удара с открытой позиции, ориентируясь на положение вратаря; применение удара с закрытой позиции; финт движения без мяча при встречном движении; финт

движения без мяча при параллельном движении; финт движения с мячом при встречном движении; Финт движения с мячом при параллельном движении; перехват мяча с передачи. Совершенствование финтов с учётом индивидуальных особенностей. Групповые действия. Действия двух нападающих против одного защитника; действия трёх нападающих против двух защитников.

Тактика защиты (полевых игроков). Индивидуальные действия. Опека игрока без мяча неплотная, плотная; опека игрока без мяча и с мячом с учётом индивидуальных особенностей (высокорослый, быстрый, левша). Групповые действия. Подстраховка партнёра при личной защите, при зонной защите; переключение передач игрока своему партнёру. Командные действия.

Тактика вратаря. Индивидуальные действия: обучение выбора позиции в воротах, в площади вратаря (игра на выходах) в поле. Задержание мяча.

Командные действия: взаимодействие с защитой и нападением в конкретных игровых ситуациях.

Форма контроля. Тестовые упражнения (индивидуальные, групповые)

Раздел 6. Специальная физическая подготовка

Теоретическая часть. Влияние СФП на развитие двигательных способностей. Основные средства специальной физической подготовки. Основные физические качества: сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость. Значение специальных физических качеств в формировании двигательных навыков и умений.

Практическая часть. Упражнения для развития быстроты движений и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных исходных положений. Бег с максимальной частотой шагов. Многократные прыжки. Прыжки в стороны. Бег и прыжки с отягощением.

Упражнения для развития качеств, необходимых для развития удара. Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы и серединой, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары по неподвижному и катящемуся мячу носком. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывков. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема. Удары на точность: в ноги партнеру, в ворота, в цель, на ход двигающемуся партнеру. Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: партнеру, в ворота, в цель, на ход двигающемуся партнеру.

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлинённым временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая и специальная).

Форма контроля. Тестовые упражнения.

Раздел 7. Соревновательная подготовка.

Теоретическая часть. Инструктаж по технике безопасности во время проведения и участия в соревнованиях по футболу. Правила поведения во время соревнований, отношения к соперникам и судьям соревнований. Установка на игру. Анализ проведенных игр. Обсуждение результатов соревнований.

Практическая часть. Участие в соревнованиях.

Раздел 8. Итоговые занятия.

Теоретическая часть. Методика выполнения тестовых упражнений. Техника безопасности во время выполнения тестовых упражнений.

Практическая часть. Выполнение контрольно-тестовых упражнений.

Планируемые результаты.

Предметные результаты

По результатам освоения программы учащиеся будут знать:

- историю возникновения футбола и перспективы развития данного вида спорта;
- правила игры;
- правила организации и проведения самостоятельных занятий, направленных на развитие физических качеств;
- приемы и методы контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- правила безопасного поведения во время занятий футболом;
- основные причины травматизма во время занятий и его профилактику.

уметь:

- выполнять базовые технические элементы футбола;
- демонстрировать тактические умения во время учебных игр;
- играть в футбол с соблюдением основных правил;
- соблюдать правила безопасного поведения во время занятий футболом;
- соблюдать режим дня;
- организовывать самостоятельные спортивно-оздоровительные занятия.

Метапредметные результаты:

- будут обучены работе в команде;
- будут развиты лидерские качества, инициатива и социальная активность.

Личностные результаты:

- привычка к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график программы

	Занятия по расписанию
	Каникулы
	Аттестация

Месяц	Недели и числа обучения		Учебные занятия	Каникулы	Аттестация
сентябрь	1	01-05			
	2	06-12			
	3	13-19			
	4	20-26			
	5	27-03			
октябрь	6	04-10			
		11-17			
	7	18-24			
	8	25-31			
ноябрь	9	01-07			
	10	08-14			
	11	15-21			

		22-28			
декабрь	12	29-05			
	13	06-12			
	14	13-19			
	15	20-26			
	16	27-31			
январь		03-09			
	17	10-16			
	18	17-23			
	19	24-30			
февраль	20	31-06			
	21	07-13			
	22	14-20			
		21-27			
март	23	28-06			
	24	07-13			
	25	14-20			
	26	21-27			
	27	28-03			
апрель	28	04-10			
		11-17			
	29	18-24			
	30	25-01			
май	31	02-08			
	32	09-15			
	33	16-22			
	34	23-29			
ИТОГО	34				

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение является одним из условий успешной организации занятий по футболу. Для реализации данной программы необходимы: футбольная площадка, комната для переодевания, ворота.

Необходимый спортивный инвентарь:

- скакалки, 20 штук,
- мячи футбольные 20 штук,
- сетка для мячей, 1 штука,
- комплект фишек, 30 штук (трех разных контрастных цветов),
- рулетка 3 м, 1 штука,
- тренировочные манишки, 20 штук,
- секундомер,
- свисток,
- карточки для судейства

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации по дополнительной общеобразовательной программе «Футбол» служат результаты выполнения тестовых заданий, участия в соревнованиях различного уровня.

Тестирование проводится в начале каждого учебного года с целью выявления общего уровня подготовки учащихся и в конце учебного года с целью определения их готовности к освоению курса программы следующего года обучения.

В течение учебного года, по мере изучения разделов программы, педагог методом наблюдения и собеседования с учащимися подводятся предварительные итоги.

2.4. Оценочные материалы

Способами определения результативности реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы служит мониторинг образовательного процесса. Процедура мониторинга образовательного процесса осуществляется в начале и в конце учебного года на основе контрольных опросов, тестирования, педагогического наблюдения и диагностических методик определения уровня развития предметных результатов. А также методик определения уровня личностных и метапредметных результатов. Диагностика проводится по мере изучения разделов программы в конце учебного года.

Оценочная форма достижения предметных результатов.

Цель: выявить динамику уровня формирования предметных результатов у учащихся в течение учебного года.

Методы: педагогическое наблюдение, отслеживание результатов деятельности учащихся, тестирование, результаты участия в соревнованиях и контрольных играх

Ф.И учащего я	Общезначительная физическая подготовка						Техника футбола									Тактика футбола						Нормативы ГТО								
	Общеразвивающие упражнения.			Упражнения на координацию и равновесие			Удары по мячу ногами.			Удары по мячу головой.			Ведение мяча			Атакующие действия			Оборонительные действия											
	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И			

В – входящая, Т – текущая, И - итоговая диагностика

Критерии оценки:

Показатели	Критерии по уровням		
	Высокий (3балла)	Средний(2балла)	Низкий (1балл)
Общеразвивающие упражнения.	Знает технику выполнения и самостоятельно применяет в практической деятельности общеразвивающие упражнения для рук, плечевого пояса, ног и шеи. Соблюдает правила безопасности.	Знает технику выполнения общеразвивающих упражнений для рук, плечевого пояса, ног и шеи. В практической деятельности необходима помощь педагога. Соблюдает правила безопасности.	Знаком с техникой выполнения общеразвивающих упражнений для рук, плечевого пояса, ног и шеи. В практической деятельности испытывает затруднения. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Упражнения	Знает технику	Знает технику	Знаком с техникой

на координацию и равновесие	выполнения и самостоятельно применяет в практической деятельности упражнения на координацию и равновесие. Соблюдает правила безопасности.	выполнения упражнений на координацию и равновесие. В практической деятельности необходима помощь педагога. Соблюдает правила безопасности.	выполнения упражнений на координацию и равновесие. В практической деятельности испытывает затруднения. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Удары по мячу ногами.	Знает технику выполнения и успешно применяет в игровой практике различные удары ногами. Соблюдает правила безопасности.	Знает технику выполнения ударов ногами. В игровой практике не хватает точности исполнения. Соблюдает правила безопасности.	Знаком с техникой выполнения ударов ногами. В игровой практике допускает ошибки при обработке мяча. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Удары по мячу головой.	Знает технику выполнения и успешно применяет в игровой практике различные удары головой. Соблюдает правила безопасности.	Знает технику выполнения ударов головой. В игровой практике не хватает точности исполнения. Соблюдает правила безопасности.	Знаком с техникой выполнения ударов головой. В игровой практике не хватает прыгучести и умения выбрать позицию для удара. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Ведение мяча	Знает технику выполнения различных финтов. Способен контролировать мяч в движении.	Знает технику выполнения различных финтов. Испытывает затруднения при контроле мяча в движении.	Испытывает затруднения при контроле мяча в движении.
Атакующие действия	Успешно действует при атакующих действиях команды. Активно участвует в комбинациях и исполнении стандартов.	Участвует в атакующих действиях команды. При комбинациях и стандартах не всегда правильно выбирает позицию.	Испытывает затруднения в выборе позиции при атакующих действиях команды. Часто срывает атаки.
Оборонительные действия	Успешно действует при оборонительных действиях команды. Способен правильно выбрать позицию владеет техникой отбора мяча без нарушения правил.	Участвует в оборонительных действиях команды. Не всегда правильно выбирает позицию. Нарушает правила при отборе мяча.	Допускает позиционные ошибки при оборонительных действиях команды. Испытывает затруднения при отборе мяча.
Нормативы ГТО	Критерии и нормативы в Приложении 2		

Оценочная форма достижения личностных и метапредметных результатов.

Цель: выявить динамику развития личностных и метапредметных результатов учащихся в течение учебного года.

Методы: педагогическое наблюдение, отслеживание результатов деятельности учащихся, тестирование, результаты соревнований.

Фамилия, имя	Универсальные учебные действия					
	Личностные			Метапредметные		
	Мотивация на здоровый образ жизни	Волевые качества личности	Морально-этические ориентации.	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные

В – входящая, Т – текущая, И - итоговая диагностика

Показатели	Критерии по уровням		
	Высокий (3балла)	Средний (2балла)	Низкий (1балл)
Личностные результаты			
Волевые качества личности	Демонстрирует волевые качества личности: целеустремленность, трудолюбие, упорство, усердие.	Проявляет трудолюбие и усердие в своей деятельности.	Имеет представление о волевых качествах личности.
Морально-этические ориентации.	Способен соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки, оценивать ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Способен соотносить поступок с моральной нормой; при оценке своих и чужих поступков испытывает затруднения.	Имеет представление о морали и оценке своих и чужих поступков.
Мотивация на здоровый образ жизни	Знает и применяет в практической деятельности основы здорового образа жизни, правила личной гигиены, правила безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях.	Знает правила личной гигиены, правила безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях. В сложных ситуациях испытывает затруднения.	Знает правила личной гигиены, правила безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях.
Метапредметные результаты			
Регулятивные	Способен: - удерживать цель деятельности до получения ее результата; - планировать решение учебной задачи; - приводить доказательства и рассуждать; - осуществлять итоговый контроль своей деятельности («что сделано»); - оценивать уровень владения тем или иным учебным действием (отвечать на вопрос «что я не знаю и не умею?»).	Способен: - удерживать цель деятельности до получения ее результата; - планировать решение учебной задачи; - рассуждать. Испытывает затруднения при: - приведении доказательств; - итоговом контроле своей деятельности; - оценке уровня владения тем или иным учебным действием.	Имеет представление о цели и результате деятельности. Испытывает затруднения при: - планировании решения учебной задачи; - итоговом контроле своей деятельности; - оценке уровня владения тем или иным учебным действием.
Познавательные	Способен: - презентовать подготовленную информацию. - приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений; - высказывать предположения; - выбирать решение из	Способен: - высказывать предположения; - выбирать решение из нескольких предложенных. Испытывает затруднения при: - презентации подготовленной	Способен: - высказывать предположения. Испытывает затруднения при: - выборе решений из нескольких предложенных; - презентации подготовленной

	нескольких предложенных.	информации; - приведении доказательств выдвигаемых положений.	информации; - приведении доказательств выдвигаемых положений.
Коммуникативные	Способен: - описывать объект: передавать его внешние характеристики, используя выразительные средства языка; - составлять небольшие устные монологические высказывания.	Испытывает затруднения при: - описании объекта; Способен: - составлять небольшие устные монологические высказывания.	Испытывает затруднения при: - описании объекта, устных сообщениях.

2.5. Методические материалы:

Одним из важнейших требований, предъявляемых к занятиям физкультурно-спортивной направленности, является достижение максимального оздоровительного эффекта для учащихся. Подготовка обучающихся проводится в несколько этапов, которые имеют свои специфические особенности.

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей; специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов. Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приемов владения мячом на высокой скорости, улучшить маневренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определенных физических качеств. Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности воспитанников. В учебных играх и соревнованиях по футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимых футболисту, - его тактическая, техническая, физическая и волевая подготовки.

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идет непрерывный процесс обучения технике футбола и ее совершенствования. Обучение технике игры в футбол является наиболее сложным и трудоемким, поэтому на него отводится программой большая часть времени. Важно довести до сознания каждого обучающегося, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

Теоретический материал обычно дается в начале занятия. Новую тему, то или иное задание необходимо объяснять просто и доходчиво, обязательно закрепляя объяснения демонстрацией наглядного материала и показом приемов работы.

Практические занятия – основная форма работы с обучающимися, где умения закрепляются, в ходе повторения – совершенствуются и формируются навыки. Приобретенные умения и навыки используются обучающимися в соревновательной деятельности в зависимости от сложившихся и меняющихся условий.

Проведение и подготовка мест занятий осуществляется в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и Правилами безопасности проведения занятий физической культурой и спортом. Следует помнить, что учащиеся, не прошедшие медицинский

осмотр и не получившие допуск врача, заверенный подписью и личной печатью врача или печатью медицинского учреждения, к практическим занятиям по футболу и участию в соревнованиях не допускаются.

2.6. Список литературы

Для педагога

Основная литература:

- Антипов А.В., Кулишенко И.В. Анализ параметров двигательных действий юных футболистов с учетом их возраста // Теория и практика физической культуры. – 2016. - №6. – С.51.
- Полишкис М.М., Губа В.П. Комплексный контроль интегральной подготовленности футболистов// Теория и практика физической культуры. – 2016. - №3. – С.64.
- Промский В., Ковеня Н., «Футзал» - современный метод подготовки, г.Кострома, 2016 г.

Дополнительная литература:

- Андреев С., «Мини-футбол», издат. «Физкультура и спорт», 2015 г.
- Варюшкин В., «Тренировка юных футболистов» изд. «Физическая культура» РФС, Москва, 2017 г.
- Иорданская Ф., «Мониторинг физической и функциональной подготовленности футболистов в условиях учебно-тренировочного процесса», изд. «Советский спорт», 2016

Для обучающихся и родителей.

- Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
- Бальсевич В.К. Физическое воспитание ребенка в семье. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 1. С. 50-51.
- Богданов Г.П., Козлов В.И. Занимайтесь всей семьей. М.: ФИС, 2015. 32с.
- Усаков В.И. Социально-педагогическая эффективность оздоровительной физической культуры в семье, детском саду и школе. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 1-2. С. 7-11.

Перечень Интернет-ресурсов

Портал центра образовательных ресурсов. - URL: <http://fcior.edu.ru/> , свободный (дата обращения 28.08.2021г.)

Портал Министерства спорта РФ. - URL: <https://www.minsport.gov.ru/>, свободный (дата обращения 28.08.2021г.)

Портал Российского футбольного союза. - URL: <https://rfs.ru/>, свободный (дата обращения 28.08.2021г.)

