

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа им.М.К.Овсянникова села Исаклы муниципального района
Исаклинский структурное подразделение «Калейдоскоп»**

«Принята»
на заседании
педагогического совета
от «24» июня 2025 г.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ им.
М.К.Овсянникова с. Исаклы
_____ Нестерова Е.Н.

Протокол № 12 от 24.06.2025 г.

«24» июня 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»

Возраст обучающихся: 8 - 17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Разработчики:

Петров А.В., Шахбазян А.Г. -
педагоги дополнительного образования

Паспорт программы

Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Футбол»
Направленность программы	физкультурно-спортивная
Вид программы	Модульная
Учреждение, реализующее программу	Структурное подразделение «Калейдоскоп» государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа им.М.К.Овсянникова села Исаклы муниципального района Исаклинский
Разработчики	Петров Андрей Валерьевич, Шахбазян Арцви Грайрович
Возраст учащихся	Обучающиеся в возрасте 8- <u>17</u> лет
Наличие особых категорий обучающихся	нет
Сроки реализации (обучения)	1 год
Наличие внешних рецензий (для авторской программы)	<u>нет</u>

Содержание

Пояснительная записка.....	4
Актуальность и новизна программы	4
Задачи программы	4
Планируемые образовательные результаты программы	6
Критерии и способы определения результативности	7
Организация учебного процесса.....	8
Воспитательный модуль дополнительной общеобразовательной.....	8
общеразвивающей программы	8
Примерный план воспитательной работы.....	9
Учебный план ДОП «Футбол»	10
1 модуль	10
Учебно-тематический план 1 модуля	10
СОДЕРЖАНИЕ ПЕРВОГО МОДУЛЯ.....	10
2 модуль	12
Учебно-тематический план 2 модуля	13
СОДЕРЖАНИЕ ВТОРОГО МОДУЛЯ.....	13
3 модуль	14
Учебно-тематический план 3 модуля	15
СОДЕРЖАНИЕ ТРЕТЬЕГО МОДУЛЯ.....	15
Ресурсное обеспечение программы	17
Содержание и методика проведения контрольных испытаний.....	18
Материально-техническое обеспечение	18
Список литературы	19
Календарно-тематическое планирование.....	21

Пояснительная записка

Одним из приоритетных направлений социальной политики Самарского региона является развитие детско-юношеского спорта. В муниципальном районе Иса克林ский Самарской области футбол пользуется огромной популярностью среди детского и взрослого населения, у каждого юного жителя района есть возможность бесплатно удовлетворить индивидуальные потребности в занятиях физической культурой и спортом с раннего возраста. Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь на стадионе, в спортивном зале посредством занятий игровыми видами спорта, способствующими развитию не только комплекса физических способностей и навыков, но и личностных качества, которые позволят детям легко адаптироваться в социуме.

Актуальность и новизна программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Футбол" физкультурно-спортивной направленности состоит из 3 модулей и рассчитана на 1 год обучения.

Программа нацелена на решение задач, определённых в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2030г., направленных на формирование культуры здоровья, личностное развитие и позитивную социализацию. Пропаганда и обучение навыкам сохранения здоровья обучающихся, находятся на первом месте в иерархии запросов к результатам образования и реализуются в соответствии со стратегическими документами, определяющими развитие системы дополнительного образования в Российской Федерации. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, на удовлетворение потребностей детей.

Цель программы: формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни через занятия футболом.

Задачи программы

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей 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:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей;

- формирование социально-коммуникативной грамотности.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе и с учетом нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования, учащихся по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242;
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных

общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Письмо министерства просвещения России от 07.05.2020 №ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;

- Методические рекомендации по проектированию разноуровневых дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ/ РМЦ. – Самара, ГБОУ ДО СО СДДЮТ, 2021;

- Методические рекомендации для субъектов РФ по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме (утв. Минпросвещения России 28.06.2019 №МР-81/02вн);

- Письмо МОиН РФ от 29.03.2016 г. №ВК-641/09. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ОВЗ, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы 8-17 лет, не имеющие медицинских противопоказаний.

Срок реализации дополнительной общеобразовательной программы 1 год, 126 часов в год (3 модуля).

Планируемые образовательные результаты программы

Программа ориентирована на достижение личностных и предметных результатов, в том числе на развитие универсальных учебных действий.

Личностные:

- обладают чувством собственного достоинства, готовы признавать возможность существования различных точек зрения и право каждого иметь свою.
- проявляют устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умеют оказывать помощь своим сверстникам; подмечать и устранять свои ошибки.

Метапредметные:

Познавательные:

- умеют ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- владеют навыками ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

Коммуникативные:

- умеют продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

- готовы и способны вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, проявляют толерантность, - имеют навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми

Регулятивные:

- знают приемы анализа данной ситуации и определение путей достижения поставленной цели,
- умеют планировать свои действия, прогнозировать результаты и брать на себя ответственность,
- умеют самостоятельно оценивать ситуацию и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;
- имеют навыки адекватно оценивать свои реальные и потенциальные возможности
- умеют управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

Предметные:

К концу года обучения учащиеся знают:

- физиологические особенности развития организма и влияние физических упражнений на организм;
- элементарные правила техники выполнения упражнений;
- общие термины; базовые предметные и межпредметные понятия;

Умеют:

- применять элементарные технические и тактические приёмы игры в футбол;
- использовать приёмы групповых и командных действий;
- организовывать межличностное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками во время игры.

Критерии и способы определения результативности

Для лучшего контроля своей работы и выявления у занимающихся роста физических качеств, педагог обязан два раза в год (сентябрь, май) проводить контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке.

Мониторинг личностного развития обучающихся в процессе освоения ими образовательной программы осуществляется на основе диагностики личностного развития. В ходе реализации программы отслеживается уровень сформированности организационно-волевых качеств (терпение, воля, самоконтроль); ориентационных качеств (самооценка, интерес к занятиям); поведенческих качеств (конфликтность, тип сотрудничества).

Виды контроля.

Задачи врачебно-педагогического контроля на спортивно-оздоровительном этапе.

Основными задачами врачебно-педагогического контроля являются:

- контроль за состоянием здоровья обучающихся;
- привитие гигиенических навыков и неукоснительного выполнения рекомендаций фельдшера школы;
- определение исходного уровня состояния здоровья, физической и функциональной подготовленности;
- лечебно-профилактические мероприятия.

Формы контроля:

- медицинское обследование в начале и конце учебного года;
- беседы о профилактике вирусных и респираторных заболеваний;

Педагогический контроль.

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении.

Применяются следующие виды и формы контроля:

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования.
- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения.
- промежуточный контроль, за подготовленностью - (навыки) проводится один раз в полугодие в форме тестирования.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются соревнования и показательные выступления.

Организация учебного процесса

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» разработана для детей 8-17 лет и рассчитана на 1 год обучения. Количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – 3,5 часа в неделю, 126 часов в год (3 модуля по 42 часа каждый). Время одного занятия – 40 мин. Минимальная наполняемость группы 10 человек, максимальное до 20 человек. Оптимальная наполняемость группы составляет 15 человек. Группа формируется с учетом возрастных психофизических особенностей развития и индивидуальных возможностей детей и не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой. Группы смешанные: девочки и мальчики обучаются вместе.

Воспитательный модуль дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Воспитание - способность у ребенка выстраивать индивидуальный вариант собственной жизни в границах достойной жизни.

На протяжении занятий с детьми, педагог решает задачу формирования личных качеств. Это: воспитание патриотизма, воспитание нравственных качеств (честность, доброжелательность, терпимость, коллективизм, дисциплинированность, самообладание) в сочетании с волевыми (настойчивость, смелость, упорство, терпеливость), воспитание трудолюбия, чувства прекрасного. Значимой фигурой в воспитательном процессе является педагог, оказывающий огромное воспитательное воздействие на обучающихся своим личным примером.

Значимое в воспитательной работе отводится соревнованиям, где особенно ярко проявляются личностные качества обучающегося. Необходимо фиксировать не только спортивные результаты учащихся, но и отмечать недостатки морально-психологической подготовленности, настраивать его как на достижение определенных результатов, так и на проявление морально-волевых качеств.

Формы организации воспитательной работы:

- собрания, лекции и беседы с учащимися;
- информации о спортивных событиях в стране, мире;
- встречи с интересными людьми, ветеранами спорта;
- родительские собрания;
- культурно-массовые мероприятия;

Задачи психологической подготовки на спортивно-оздоровительном этапе:

- развитие устойчивого интереса к занятиям спортом вообще и к занятиям футболом в частности;
- формирование установки на тренировочную деятельность.

Методы, формы и средства воздействия на обучающихся:

- беседы,
- убеждения;

- педагогическое внушение;
- моделирование состязательных ситуаций на тренировке;
- введение ситуаций, требующих преодоления трудностей (ситуации преодоления страха, волнения, неприятных ощущений) без предельной мобилизации физических и психологических возможностей.

Педагог должен отвечать следующим требованиям:

- знание теории и практики футбола, возрастных основ теории спортивной тренировки, биомеханики, физиологии, психологии, педагогики и особенно - спортивных игр;
- умение убеждать, увлекать детей;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей ребенка;
- уважительное отношение к детям, забота о здоровье детей;
- применение на занятиях различных форм обучения, направленных на развитие обучающихся.

Работа с родителями

В объединении физкультурно-спортивной направленности большое внимание уделяется работе с родителями. Проводятся следующие мероприятия: родительские собрания; открытые занятия; совместные соревнования детей с родителями; консультации для родителей, проведение дней открытых дверей.

Проведение показательных и открытых занятий очень важны. Их цель – заинтересовать родителей проводимой работой с детьми и привлечь их к участию в ней. Проводятся они в форме открытых занятий, отчета о проделанной работе

Примерный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Организационное родительское собрание	сентябрь	Родительское собрание	Фото и видеоматериалы, статья на сайте СП, в ВК
2	Товарищеская встреча с родителями	ноябрь	игра	Фото и видеоматериалы, статья на сайте СП, в ВК
3	Родительское собрание на тему «Как помочь ребенку достигать поставленных целей»	декабрь	Родительское собрание	Фото и видеоматериалы, статья на сайте СП, в ВК
4	Российские звезды футбола	февраль	Презентация, просмотр фильма	Фото и видеоматериалы, статья на сайте СП, в ВК
6	Лев Яшин	20 март	игра	Фото и видеоматериалы, статья на сайте СП, в ВК
8	Соревнования по мини футболу на Кубок Тарнаева	апрель	Товарищеская игра	Фото и видеоматериалы, статья на сайте СП, в ВК
9	Индивидуальные консультации с родителями	в течение учебного года	консультации, беседы	

Учебный план ДОП «Футбол»

№ мод уля	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	«Способы двигательной (физкультурно-оздоровительной) деятельности»	42	12	30
2.	«Спортивно-техническая деятельность с общеразвивающей направленностью»	42	8	34
3.	«Физическое и спортивно-техническое совершенствование»	42	6	36
ИТОГО		126	20	106

1 модуль «Способы двигательной (физкультурно-оздоровительной) деятельности»

Задачи 1 модуля

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей

Учебно-тематический план 1 модуля «Способы двигательной (физкультурно-оздоровительной) деятельности»

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	5	5	-	Беседа, анкетирование
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	37	7	30	Наблюдение, выполнение
Итого		42	12	30	

СОДЕРЖАНИЕ ПЕРВОГО МОДУЛЯ

1. Теоретическая подготовка (5 часов)

Тема 1. Физическая культура — важное средство воспитания и укрепления здоровья. Понятие физической культуры. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания организованности, трудолюбия, воли и других нравственных качеств, и жизненно важных умений и навыков. История развития футбола в России.

Тема 2. Личная и общественная гигиена. Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Гигиена спортивных сооружений.

Тема 3. Закаливание организма юного спортсмена. Значение и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание при занятиях футболом.

Тема 4. Физическая подготовка юного спортсмена

Общая физическая подготовка (37 часов)

Теория (7 ч)

Тема 1. Значение ОФП в подготовке футболистов.

Тема 2. Строевые упражнения, ходьба и бег. Значение строевых упражнений в воспитании дисциплинированности и формировании личности. Строй, шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция, направляющий. Расчёт, повороты и полуобороты на месте и в движении. Построение и перестроение в одну, несколько шеренг или колонн.

Тема 3. Ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов.

Тема 4. Роль ходьбы и бега в формировании физических качеств футболиста.

Тема 5. Ознакомление с общеразвивающими упражнениями из других видов спорта.

Практика (30 ч)

Тема 1. Разучивание строевых, общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов. Упражнения из других видов спорта, спортивные игры. Выполнение построения в шеренги, колонны. Выполнение поворотов и полуоборотов на месте и в движении. Построение и перестроение в одну, несколько шеренг или колонн.

Тема 2. Ходьба и бег. Ходьба на носках, на пятках, на внутренних и наружных сводах стопы. Ходьба с высоким подниманием бедра, выпадами, в полу-приседе, приставными и крестными шагами. Ходьба с изменением темпа и направления движения, характера работы рук. Бег на носках, с высоким подниманием бедра и захлёстыванием голени назад, на прямых ногах, скрестным шагом.

Тема 3. Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов:

- для рук и плечевого пояса (отведение, приведение, сгибание, разгибание, круговые движения в плечевом, локтевом, лучезапястном суставах, в различных исходных положениях, на месте и в движении и др.);
- для мышц туловища (наклоны в различные стороны, повороты, круговые движения и различных и.п., с различными положениями рук и ног);
- для мышц ног (махи вперед – назад, в стороны из различных и.п., выпады вперед и в стороны, приседание на одной и на обеих ногах, подскоки в выпаде и в приседе, прыжки на двух ногах, с ноги на ногу, на месте и с продвижением, скрестные прыжки на месте и с продвижением);
- для мышц шеи (наклоны головы вперед, в стороны, назад, круговые движения головой);
- упражнение с сопротивлением (парные и групповые в различных и.п., подвижные игры с элементами сопротивления);

Тема 4. Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами:

- с короткой и длинной скакалкой (прыжки на одной, двух ногах, с вращением скакалки вперед-назад, в приседе и полу-приседе, на месте и с продвижением);

- с набивными и баскетбольными мячами (наклоны, повороты, круговые движения, приседание, выпады). Броски мяча ногами вперед (набивного), ведение мяча рукой в приседе (баскетбольного), парные упражнения с мячом;

Тема 5. Упражнения из других видов спорта.

- спортивные и подвижные игры;

- эстафетный бег с прыжками, метаниями, переноской предметов, комбинированный.

Тема 6. Упражнения на координацию:

1. Удерживать мяч на голове, медленно присесть и встать.

2. Касание пяток пальцами рук.

3. Стоя на одной ноге, поднять другую вперед и подтянуть к животу

4. Прыжки боком через фишки.

5. Передвижение вправо и влево через фишки.

Упражнения для мышц стопы:

1. Ходьба на носках.

2. Ходьба на пятках (пальцы поднимать как можно выше).

3. Ходьба на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками).

4. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет.

5. Сидя на скамейке, захватить стопами обеих ног мяч, стоящий на полу, подбросить и поймать.

Тема 7. Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях. Перекат вправо (влево) из упора, стоя на правом (левом) колене, левая в сторону на носок. Перекаты в сторону в широкой группировке. Кувырок вперед из упора в положении сидя в группировке и в прыжке.

Тема 8. Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег. Вбрасывание мяча на дальность. Полоса препятствий (из 10 видов упражнений).

Тема 9. Кроссовая подготовка или ходьба на лыжах 1—2 км. Подвижные игры.

Тема 10. Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости.

Ожидаемые результаты:

К окончанию 1 модуля учащиеся:

- проявляют устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- получают представление об анатомо-физиологических особенностях развития организма детей и влияние различных упражнений на развитие организма.
- осваивают комплексы общеразвивающих упражнений

2 модуль «Спортивно-техническая деятельность с общеразвивающей направленностью»

Задачи 2 модуля

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности.
- ознакомление техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение начальных навыков ударов по мячу и остановок мяча;

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Учебно-тематический план 2 модуля «Спортивно-техническая деятельность с общеразвивающей направленностью»

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Специальная физическая подготовка	18	3	15	Наблюдение, выполнение
2	Общая физическая подготовка (ОФП)	17	-	17	Наблюдение, тестирование
3	Техническая подготовка	7	2	5	Наблюдение, выполнение
Итого		42	5	37	

СОДЕРЖАНИЕ ВТОРОГО МОДУЛЯ

Специальная физическая подготовка (18 часов)

Теория (3 ч)

Тема 1. Специальные упражнения и их значение в подготовке футболистов.

Тема 2. Значение акробатических и координационных упражнений в подготовке футболистов.

Практика (15 ч)

Тема 1. Упражнения для развития ловкости «Челночный» бег на 5,6 и 10 м.

Тема 2. Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестным шагом. Бег приставными шагами. Прыжки: вверх-вправо и вверх-влево, толчком одной ногой с разбега. Повороты: переступанием и прыжком.

Тема 3. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Тема 4. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу, прыжки через футбольные мячи.

Тема 5. Упражнения на развитие координации на координационной лестнице.

Тема 6. Специальные силовые упражнения.

Тема 7. Акробатические упражнения.

Тема 8. Упражнения с набивными мячами.

Общая физическая подготовка (17ч)

Практика (17 ч)

Тема 1. Ходьба и бег. Упражнения для мышц стопы:

1. Ходьба на носках.

2. Ходьба на пятках (пальцы поднимать как можно выше).

3. Ходьба на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками).

4. Сидя на скамейке, захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет.

Тема 2. Челночный бег (3x10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег.

Тема 3. Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов:

Тема 4. Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами:

Тема 5. Упражнения из других видов спорта.

- спортивные и подвижные игры;

-эстафетный бег с прыжками, метаниями, переноской предметов, комбинированный.

Тема 6. Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях. Перекат вправо (влево) из упора, стоя на правом (левом) колене, левая в сторону на носок. Перекаты в сторону в широкой группировке. Кувырок вперед из упора в положении сидя в группировке и в прыжке.

Тема 7. Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег. Вбрасывание мяча на дальность. Полоса препятствий (из 10 видов упражнений).

Тема 8. Кроссовая подготовка.

Тема 9. Подвижные игры.

Тема 10. Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости.

Техническая подготовка (7 ч)

Теория (2 ч)

Тема 1. Значение технической подготовки в футболе. Основы техники игры в футбол. Понятие о технике игры.

Практика (5 ч)

Тема 1. Удары по мячу ногой. Удары по стоячему и двигающемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Выполнение удара на точность: в ворота, партеру.

Тема 2. Остановка мяча. Остановка опускающегося мяча серединой подъема. Остановка мяча изученными способами, подготавливая его для последующих действий и прикрывая туловищем.

Тема 3. Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения.

Тема 4. Обманные движения. Финт «уход» от соперника выпадом (при атаке соперника показать туловищем движение в одну сторону и рывком уйти в сторону).

Тема 5. Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из положения «в шаге». Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.

Ожидаемые результаты:

К окончанию 2 модуля учащиеся:

- проявляют устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- имеют навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми
- приобретают первоначальные навыки выполнения специальных физических упражнений.
- приобретают знания и умения основ техники игры в футбол

3 модуль «Физическое и спортивно-техническое совершенствование»

Задачи 3 модуля

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;

- ознакомление с тактикой игры в футбол;

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Учебно-тематический план 3 модуля «Физическое и спортивно-техническое совершенствование»

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Технико-тактическая подготовка	22	6	16	Наблюдение, выполнение
2	Специальная физическая подготовка	20	2	18	Наблюдение, тестирование
Итого		42	8	35	

СОДЕРЖАНИЕ ТРЕТЬЕГО МОДУЛЯ

Технико-тактическая подготовка (22 часа)

Тактическая подготовка (8 часов)

Теория (3 ч)

Тема 1. Значение тактической подготовки в футболе. Правила игры в футбол. Основы тактики игры в футболе. Совершенствование тактики игры.

Тема 2. Тактика игры в защите и в нападении.

Практика (5 ч)

Тактика атаки.

Тема 1. Быстрое нападение. Обязательное выполнение быстрой передачи вперёд с целью отрезать атакующего соперника, пока он не успел вернуться в оборону, Действия игроков в центре поля и на чужой половине должны строиться на комбинациях, выполняемых на высокой скорости, главное в скоростном манёвре - выбрать кратчайший путь к выходу на ударную позицию.

Тема 2. Позиционное нападение. Применяется против соперника, ведущего игру от обороны. Основные требования: выполнение точной передачи игроком, овладевшим мячом, одному из партнёров, открывшихся в зоне обороны соперника. Активное маневрирование по ширине и длине поля всех игроков передней и средней линии. Очень важно использовать подключение на ударную позицию игроков средней, а порой и задней линии атакующей команды.

Тактика защиты

Тема 3. Индивидуальные действия. Правильное расположение игроков на малых площадках в ограниченных составах при обороне. Выполнение защитниками игровых функций, правильной позиции по отношению к подопечному игроку нападающей команды и противодействие получению им мяча. Выполнение «закрывания» противника. Использование изучаемых приемов отбора мяча в игровой обстановке.

Тема 4. Групповые действия. Выбор наиболее рациональной позиции игроков при атаке противника флангом и через центр. Страховка партнера, вступающего в единоборство с соперником. Организация и построение «стенки». Комбинации с участием вратаря.

Тема 5. Тактика вратаря. Выбор правильной позиции в воротах при ударах по воротам в зависимости от «угла удара». Розыгрыш удара от ворот, введение мяча в игру после ловли открывшемуся партнеру. Выбор правильной позиции при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Техническая подготовка (14 часов)

Теория (3 ч)

Тема 1. Классификация техники и тактики игры в футболе. Характеристика приемов игры.

Тема 2. Анализ технических приемов в нападении и защите.

Практика (11ч)

Тема 1. Удары по мячу ногой. Удары по стоячему и двигающемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Выполнение удара на точность: в ворота, партнеру.

Тема 2. Удары по мячу головой. Удары серединой лба в прыжке с места и с разбега по летящему навстречу мячу. Удары серединой лба без прыжка с места и с разбега на точность: в ворага, партнеру.

Тема 3. Остановка мяча. Остановка опускающегося мяча серединой подъема. Остановка мяча изученными способами, подготавливая его для последующих действий и прикрывая туловищем.

Тема 4. Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения.

Тема 5. Обманные движения. Финт «уход» от соперника выпадом (при атаке соперника показать туловищем движение в одну сторону и рывком уйти в сторону).

Тема 6. Отбор мяча. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.

Тема 7. Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из положения «в шаге». Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.

Тема 8. Техника игры вратаря. Основная стойка. 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 низко летящего 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. Отбивание мяча двумя руками без прыжка и в прыжке с места. Бросок мяча одной рукой снизу и из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой: с земли и с рук на точность.

Специальная физическая подготовка (20 часов)

Теория (2 ч)

Тема 1. Упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов.

Тема 2. Значение беговых и прыжковых упражнений в подготовке футболистов.

Практика (18 ч)

Тема 1. Упражнения для развития ловкости «Челночный» бег на 5,6 и 10 м.

Тема 2. Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестными шагами. Бег приставными шагами. Прыжки: вверх-вправо и вверх-влево, толчком одной ногой с разбега. Повороты: переступанием и прыжком.

Тема 3. Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Тема 4. Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу, прыжки через футбольные мячи.

Тема 5. Упражнения на развитие координации на координационной лестнице.

Тема 6. Специальные силовые упражнения.

Тема 7. Акробатические упражнения.

Тема 8. Упражнения с набивными мячами.

Ожидаемые результаты:

К окончанию 3 модуля учащиеся:

- проявляют устойчивый интерес, мотивацию к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- проявляют дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умеют оказывать помощь своим сверстникам; подмечать и устранять свои ошибки;
- имеют навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми;
- приобретают первоначальные навыки выполнения специальных физических упражнений.
- приобретают знания и умения основ техники и тактики игры в футбол.

Ресурсное обеспечение программы

Методическое обеспечение:

Весь учебный материал программы распределен в соответствии с принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Основные задачи, на которые должен опираться педагог дополнительного образования: – укрепление здоровья и закаливание организма; привитие интереса к систематическим занятиям футболом; обеспечение всесторонней физической подготовки, развитие силовых, скоростных, скоростно-силовых качеств, координации движений, овладение основным арсеналом технических и тактических приемов игры; приобретение опыта участия в соревнованиях; воспитание судейских и инструкторских навыков; совершенствование навыков самостоятельных занятий.

Изучение теоретического материала программы рекомендуется проводить в форме 10-15 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий. Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия педагог дополнительного образования рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения. Педагог, подбирая материал для занятий, должен наряду с новым, обязательно включать в занятия упражнения, приемы техники и тактики игры из ранее усвоенного учебного материала для его закрепления и совершенствования.

В секциях дополнительного образования, занимающиеся должны получить элементарные навыки судейства игры по футболу и навыки инструктора-общественника.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме групповых занятий по общепринятой методике, разработанной педагогом дополнительного образования. Педагогам рекомендуется давать занимающимся задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе. Зимой занятия проводятся в тихую погоду при температуре не ниже -10 градусов мороза.

Большое значение должно отводиться физической подготовке, направленное на развитие физических качеств. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических качеств и функциональных возможностей, специфичных для мини-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 основных особенностей планирования занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определенных физических качеств. Для эмоциональности занятий следует широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются и физические качества занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу, у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту – его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идет непрерывный процесс обучения технике футбола и совершенствования ее.

Большое значение для успешного обучения техническим приемам игры имеют мячи, соответствующие возрасту занимающихся. Для эффективности обучения техническим приемам игры необходимо широко использовать учебное оборудование: отражающие стенки, стойки для обводки, переносные мишени, подвесные мячи, переносные ворота.

Содержание и методика проведения контрольных испытаний

Нормативы по технической подготовке производится в соответствии с положением в процессе соревнований или учебно-тренировочных занятий, специально этому посвященных.

1. Удар по мячу на дальность. Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Ширина коридора, в зоне которого засчитывается результат, 8м. Для удара каждой ногой предоставляется по три попытки. Конечный результат определяется по сумме ударов обеими ногами.

2. Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 метров (11-12 лет – с расстояния 11 метров), посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попаданий.

3. Жонглирование мячом. Выполняются попеременно удары правой и левой ногой. Удары выполняются любым способом без повторения удара (одной ногой) более двух раз подряд. На выполнение упражнения даются три попытки.

Материально-техническое обеспечение

Основной учебной базой для проведения занятий является ФОК «Победа» с.Исаклы с разметкой футбольных площадок с воротами.

Спортивный инвентарь:

- футбольные мячи на каждого обучающегося;
- набивные мячи - на каждого обучающегося;
- перекладины для подтягивания в висе – 5-7 штук
- гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося
- резиновые эластичные бинты на каждого обучающегося;
- гимнастические маты;

- гантели;
- футбольные, волейбольные и теннисные мячи.
- фишки;
- манишки;
- координационные лестницы;
- секундомер;
- свисток.

Для изучения отдельных тем в определенных организационных условиях с использованием ЭОР используются технические средства обучения – ПК, ноутбук.

Для музыкального сопровождения занятий используется мультимедийное оборудование, флеш-накопители с музыкальными композициями.

Список литературы

1. Андреев С.Н., Полишкис. М.С. Футбол. Москва, 2018г.
2. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» «ТВТ Дивизион» Москва 2020г.
3. Голомазов С.В., Чирва Б.Г., Футбол. Методика тренировки техники головой «ТВТ Дивизион», 2020г.
4. Кузнецов. А.Н. Настольная книга детского педагога (I этап 8-10 лет) Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе «Олимпия. Человек» Москва. 2018г.

3. Кузнецов. А.Н. Настольная книга детского педагога (II этап 11-12 лет) Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе «Олимпия. Человек» Москва. 2018г.
4. Кузнецов. А.Н. Настольная книга детского педагога (III этап 13-15 лет) Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе «Олимпия. Человек» Москва. 2018г.
5. Кузнецов. А.Н. Настольная книга детского педагога (IV этап 16-17 лет) Организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе «Олимпия. Человек» Москва. 2018г.
6. Кук. М.В. 101 упражнение для юных футболистов) «Астрель» Москва, 2017г.
7. Немчинов В.В., Паротиков В.А.. Методические рекомендации по подготовке и проведению детско-юношеских соревнований по футболу, турниров на призы клуба «Кожаный мяч» Москва, 2020г.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата проведе ния занятия	Врем я прове дения занят ия	Кол- во часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1 модуль «Способы двигательной деятельности»							
1			1	Физическая культура — важное средство воспитания и укрепления здоровья Понятие физической культуры.	Теория	ФОК «Победа»	Беседа, анкетирование
2			1	Личная и общественная гигиена. Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Гигиена спортивных сооружений	Теория	ФОК «Победа»	Беседа, анкетирование
3			1	Закаливание организма юного спортсмена. Значение и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание при занятиях футболом.	Теория	ФОК «Победа»	Беседа, анкетирование
4			1	Физическая подготовка юного спортсмена	Теория	ФОК «Победа»	Беседа, анкетирование
5			1	Физическая подготовка юного спортсмена	Теория	ФОК «Победа»	Беседа, анкетирование
6			1	Значение ОФП в подготовке футболистов	Теория	ФОК «Победа»	Входящая диагностика, тестирование

7			1	Значение ОФП в подготовке футболистов	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
8			1	Строевые упражнения, ходьба и бег. Значение строевых упражнений в воспитании дисциплинированности и формировании личности..	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
9			1	Ознакомление с комплексом общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
10			1	Роль ходьбы и бега в формировании физических качеств футболиста	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
11			1	Ознакомление с общеразвивающими упражнениями из других видов спорта.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
12			1	Ознакомление с общеразвивающими упражнениями из других видов спорта.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
13			1	Разучивание строевых, общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
14			1	Ходьба и бег. Ходьба на носках, на пятках, на внутренних и наружных сводах стопы. Ходьба с высоким подниманием бедра, выпадами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
15			1	Ходьба и бег. Ходьба на носках, на пятках, на внутренних и наружных сводах стопы. Ходьба с высоким подниманием бедра, выпадами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
16			1	Ходьба и бег. Ходьба на носках, на пятках, на внутренних и наружных сводах	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение

				стопы. Ходьба с высоким подниманием бедра, выпадами			
17			1	Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
18			1	Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
19			1	Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
20			1	Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
21			1	Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
22			1	Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
23			1	Упражнения из других видов спорта.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
24			1	Упражнения из других видов спорта.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
25			1	Упражнения из других видов спорта.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
26			1	Упражнения на координацию	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
27			1	Упражнения на координацию	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
28			1	Упражнения на координацию	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение

29			1	Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
30			1	Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
31			1	Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
32			1	Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
33			1	Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
34			1	Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
35			1	Кроссовая подготовка или ходьба на лыжах 1—2 км. Подвижные игры.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
36			1	Кроссовая подготовка или ходьба на лыжах 1—2 км. Подвижные игры.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
37			1	Кроссовая подготовка или ходьба на лыжах 1—2 км. Подвижные игры.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
38			1	Кроссовая подготовка или ходьба на лыжах 1—2 км. Подвижные игры.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
39			1	Кроссовая подготовка или ходьба на лыжах 1—2 км. Подвижные игры.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
40			1	Кроссовая подготовка или ходьба на лыжах 1—2 км. Подвижные игры.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
41			1	Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение

42			1	Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
2 модуль «Спортивно-техническая деятельность с общеразвивающей направленностью»							
Раздел 1. Специальная физическая подготовка (ОФП) 18ч							
43			1	Специальные упражнения и их значение в подготовке футболистов.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение
44			1	Специальные упражнения и их значение в подготовке футболистов.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
45			1	Значение акробатических и координационных упражнений в подготовке футболистов	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
46			1	Упражнения для развития ловкости «Челночный» бег на 5,6 и 10 м.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
47			1	Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестным шагом.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
48			1	Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестным шагом.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
49			1	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
50			1	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение

51			1	Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу, прыжки через футбольные мячи.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
52			1	Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу, прыжки через футбольные мячи.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
53			1	Упражнения на развитие координации на координационной лестнице	Практика	ФОК «Победа»	Беседа,
54			1	Упражнения на развитие координации на координационной лестнице	Практика	ФОК «Победа»	Беседа,
55			1	Специальные силовые упражнения	Практика	ФОК «Победа»	Беседа,
56			1	Специальные силовые упражнения	Практика	ФОК «Победа»	Беседа,
57			1	Акробатические упражнения	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
58			1	Акробатические упражнения».	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
59			1	Упражнения с набивными мячами.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
60			1	Упражнения с набивными мячами.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
Раздел 2. Общая физическая подготовка (17ч)							
61			1	Ходьба и бег. Упражнения для мышц стопы:	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
62			1	Ходьба и бег. Упражнения для мышц стопы:	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование

63			1	Ходьба и бег. Упражнения для мышц стопы:	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
64			1	Челночный бег (3x10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
65			1	Челночный бег (3x10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
66			1	Челночный бег (3x10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
67			1	Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов:	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
68			1	Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов:	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
69			1	Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
70			1	Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
71			1	Упражнения из других видов спорта	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
72			1	Упражнения из других видов спорта	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
73			1	Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях. Перекат вправо (влево) из упора, стоя	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование

				на правом (левом) колене, левая в сторону на носок			
74			1	Челночный бег (3х10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
75			1	Кроссовая подготовка	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
76			1	Подвижные игры	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
77			1	Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
Раздел 3. Техническая подготовка (7ч)							
78			1	Значение технической подготовки в футболе. Основы техники игры в футбол. Понятие о технике игры	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
79			1	Значение технической подготовки в футболе. Основы техники игры в футбол. Понятие о технике игры	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
80			1	Удары по мячу ногой. Удары по стоячему и двигающемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Выполнение удара на точность: в ворота, партеру.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
81			1	Остановка мяча. Остановка опускающегося мяча серединой подъема. Остановка мяча изученными способами, подготавливая его для последующих действий и прикрывая туловищем.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
82			1	Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, меняя	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение

				направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения.			
83			1	Обманные движения. Финт «уход» от соперника выпадом (при атаке соперника показать туловищем движение в одну сторону и рывком уйти в сторону)	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
84			1	Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из положения «в шаге». Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
3 модуль « Физическое и спортивно- техническое совершенствование»							
Раздел 1. Техничко-тактическая подготовка (22ч)							
85			1	Значение тактической подготовки в футболе. Правила игры в футбол. Основы тактики игры в футболе. Совершенствование тактики игры.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
86			1	Тактика игры в защите и в нападении	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
87			1	Тактика игры в защите и в нападении	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
88			1	Быстрое нападение. Обязательное выполнение быстрой передачи вперёд с целью отрезать атакующего соперника	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
89			1	Позиционное нападение. Применяется против соперника, ведущего игру от обороны. Основные требования	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
90			1	Индивидуальные действия. Правильное расположение игроков на малых площадках в ограниченных составах при обороне	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение

91			1	Групповые действия. Выбор наиболее рациональной позиции игроков при атаке противника флангом и через центр	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
92			1	Тактика вратаря. Выбор правильной позиции в воротах при ударах по воротам в зависимости от «угла удара».	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
93			1	Классификация техники и тактики игры в футболе. Характеристика приемов игры	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
94			1	Анализ технических приемов в нападении и защите	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
95			1	Анализ технических приемов в нападении и защите	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
96			1	Удары по мячу ногой. Удары по стоячему и движущемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
97			1	Удары по мячу головой. Удары серединой лба в прыжке с места и с разбега по летящему навстречу мячу.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
98			1	Остановка мяча. Остановка опускающегося мяча серединой подъема. Остановка мяча изученными способами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
99			1	Остановка мяча. Остановка опускающегося мяча серединой подъема. Остановка мяча изученными способами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
100			1	Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение

				движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения			
101			1	Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
102			1	Обманные движения. Финт «уход» от соперника выпадам (при атаке соперника показать туловищем движение в одну сторону и рывком уйти в сторону).	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
103			1	Отбор мяча. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
104			1	Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из положения «в шаге». Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
105			1	Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из положения «в шаге». Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
106			1	Техника игры вратаря. Основная стойка. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, выполнение
Раздел 2. Специальная физическая подготовка (20ч)							
107			1	Упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование

108			1	Значение беговых и прыжковых упражнений в подготовке футболистов.	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
109			1	Упражнения для развития ловкости «Челночный» бег на 5,6 и 10 м.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
110			1	Упражнения для развития ловкости «Челночный» бег на 5,6 и 10 м.	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
111			1	Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестными шагами. Бег приставными шагами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
112			1	Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестными шагами. Бег приставными шагами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
113			1	Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестными шагами. Бег приставными шагами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
114			1	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
115			1	Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
116			1	Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега	Теория	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
117			1	Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование

				прыжки с места и с разбега			
118			1	Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
119			1	Упражнения на развитие координации на координационной лестнице	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
120			1	Упражнения на развитие координации на координационной лестнице	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
121			1	Специальные силовые упражнения	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
122			1	Специальные силовые упражнения	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
123			1	Акробатические упражнения	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
124			1	Акробатические упражнения	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
125			1	Упражнения с набивными мячами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
126			1	Упражнения с набивными мячами	Практика	ФОК «Победа»	Наблюдение, тестирование
Итого			126 часов				