

Министерство образования и науки Самарской области

Структурное подразделение, реализующее дополнительные
общеобразовательные программы, Центр детского творчества
государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской
области средней общеобразовательной школы №1 имени Героя Советского
Союза И.М. Кузнецова с. Большая Черниговка м.р. Большечерниговский
Самарской области



Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая
программа
«Восход»

физкультурно-спортивной направленности

Срок реализации – 1 год

Возраст обучающихся - 8-17 лет

Разработчик:
Губайдулин Р.Т.– педагог
дополнительного образования
СП Центр детского творчества

Рассмотрена методическим советом
СП Центр детского творчества
Протокол № 5 от 09.06.2021 г.

с. Большая Черниговка, 2021 г.

Краткая аннотация:

По программе «Восход» могут обучаться дети с 8 до 17 лет, которые в доступной форме познакомятся с элементами игры футбол. Обучающиеся должны освоить основные приемы работы с мячом и без мяча. Получат тактическую подготовку, что позволит уверенно участвовать в соревнованиях, а также поддерживать физическую форму на нужном уровне

Пояснительная записка

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Еще много-много лет назад в разных странах люди собирались на городских площадках или пустырях и затевали игры с мячом, которые напоминали действия воинов, стремящихся проникнуть в лагерь противника. Победителем признавалась партия играющих, которая большее число раз заносила мяч за определенную черту. В таких играх участвовало иногда по нескольку сот человек. История не знает ни года, ни места рождения футбола. Но этот «пробел» говорит только в пользу самого футбола – свидетельствует и о древности игры в мяч ногами, и о популярности ее у многих народов мира. По прошествии множества миллионов лет популярность этого вида спорта не угасла. Многие мальчишки желают, не просто научиться, играть в футбол, а овладеть профессиональными навыками ведения игры, с использованием различных технических и тактических приемов.

Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается, как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка, что нашло отражение в Национальной доктрине образования в Российской Федерации, Федеральной программе развития образования. В Концепции модернизации российского образования подчеркнута важнейшая роль учреждений дополнительного образования детей как одного из определяющих факторов развития склонностей, способностей и интересов, социального и профессионального самоопределения детей и молодежи. Содержание программы отвечает требованиям Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования, т.е. обеспечивает создание условий для гармонично развитой личности ребёнка, эффективного использования времени обучающихся, приобретения ими новых навыков и компетенций за оптимальное время.

Программа дополнительного образования по футболу позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников, повышения работоспособности, улучшения состояния здоровья, а главное, воспитывая личность, способную к самостоятельной творческой деятельности. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в футбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развитие физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработке воли и характера, формирование умения ориентироваться в окружающей действительности воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Основополагающим для разработки программы стали следующие нормативные документы: Федеральный закон от 29.12.12 г. Приказ министра образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. №1008. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»» и Концепция развития дополнительного образования в РФ от 04.09.2014 №1726-Р и др. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года N 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Основная цель подготовки юных спортсменов – формирование у них социальной компетентности. Данная программа даёт возможность детям и подросткам самоопределиться, эффективно с пользой для здоровья использовать своё свободное время, приобрести специальные навыки в игре в футбол, а также социально адаптироваться.

Новизна программы

Обычно профессиональным футболом занимаются дети в спортивных школах. Программы СП Центр детского творчества физкультурно-спортивной направленности нацелены в основном на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, на общее физическое развитие. Новизна данной программы, ее отличительные особенности заключаются в том, что она способствует развитию в детях морально-волевых качеств личности, таких как ответственность, терпение, трудолюбие, целеустремлённость и воля к победе средствами игры в футбол. Обучение по данной программе предполагает всестороннюю физическую подготовку обучающихся, с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений; подготовку и выполнение техники

владения мячом, освоение индивидуальной и групповой тактики игры в футбол. Под техникой в футболе понимают умение спортсмена обращаться с мячом и правильно двигаться. Техника владения мячом является фундаментом для дальнейшего обучения юных футболистов. Если провести аналогию с обучением ребенка в школе, то техника владения мячом это то же самое, что изучение букв алфавита, без которых невозможно в дальнейшем нормально читать, ни писать. Футболисты должны сначала учиться выполнять отдельные приемы и их сочетания, из которых строится игра. Ясно, что в освоении этой «азбуки» футбола огромную роль играют личное стремление занимающихся и их упорная работа над собой. Если посмотреть и проанализировать тренировки в спортивных школах, многое станет понятным. За полтора часа тренировки ребенок в лучшем случае непосредственно контактирует с мячом не больше 2-3 минут. Стоит ли потом удивляться, как тяжело нашим футболистам, знающих 30 – 40 % арсенала футбольных приемов играть с зарубежными футболистами. Проанализировав системы подготовки в лучших зарубежных странах – Бразилия, Голландия, Испания, Германия, и взяв оттуда самые лучшие и эффективные приемы, упражнения, автор ввёл их в свою программу для подготовки юных футболистов. В этом тоже заключается новизна данной программы. Новизна программы состоит также в применении нового разделения учебного процесса по этапам, что позволяет осуществлять дополнительные вливание извне в любой из этапов обучающего процесса, с учетом индивидуальных психолого-физиологических особенностей детей.

Новизна данной дополнительной программы заключается также в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Дополнительная программа «Восход» состоит из 3 модулей. Программа ориентирована на детей от 8 до 17 лет. Объем программ – 140 часов в год. Группы формируются в соответствии с возрастом, в одну группу набираются дети с разницей в один год.

Отличительные особенности программы

Программа реализуется в сетевом взаимодействии с Местной общественной организацией «Федерация футбола Большечерниговского района Самарской области». На основании Договора обеспечивается взаимодействие и обмен опытом Сторон по вопросам повышения качества спортивных результатов обучающихся путем проектирования и реализации программ развития футбола и спорта. Сетевое взаимодействие организуется для решения следующих задач:

- организации совместной деятельности,

-формирование системы взаимного информирования, обмена опыта, консультационной поддержки и экспертной оценки материалов участников образовательных отношений по темам реализуемых сторонами проектов,

- повышения качества и доступности дополнительного образования.

В рамках сетевого взаимодействия Стороны:

- содействуют информационному обеспечению друг друга по предмету Договора, - производят обмен учебной и методической литературой, в т. ч. авторскими учебно-методическими разработками,

- используют дистанционные и/или дистанционно-очные формы взаимодействия.

1. Цели и задачи программы

Цель программы: формирование у воспитанников устойчивой мотивации и потребности к бережному отношению к своему здоровью, целостного развития физических и психических качеств, творческого использования средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи:

Развивающие:

- развитие координаций движения;
- развитие мотивации на самосовершенствование.
- развитие эмоционально-волевой сферы воспитанников (силы воли, настойчивости, решительности, самообладания и др.)

Воспитательные:

- воспитание привычки к самостоятельным систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- создание условий для общения.
- воспитание гражданственности и патриотизма.

Образовательные:

- обучение технике и тактике игры в футбол;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.

Группы формируются по собственному желанию учащихся, основываясь на возрастные критерии.

Требований к социальному статусу, уровню материального достатка и уровню начальной физической или предметной подготовки не предъявляется.

В связи с тем, что практическая часть обучения связана со значительными физическими нагрузками, каждый обучающийся должен иметь допуск врача.

Анализ состава объединения по футболу «Восход» показал, что по программе обучаются не только физически развитые и социально благополучные дети, проявляющие интерес к спорту. Интерес к программе проявляют также дети «группы риска», дети с проблемами в мотивационной, когнитивной и личностной сферах, дети, имеющие признаки социальной дезадаптации.

Срок реализации обучения.

Срок реализации программы – 1 год. Обучение делится на три модуля.

Педагогическая целесообразность программы

Программа рассчитана на последовательное и постепенное расширение теоретических, практических умений и навыков. Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме групповых занятий. Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе. Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальное – развитие качеств и физических возможностей, специфических для футболистов.

Средствами подготовки достигается выполнение воспитанниками сложных приемов владения мячом на высокой скорости, улучшение маневренности и подвижности футболиста в играх.

I модуль. «Футбол в зале». На этом этапе обучения, в основном уделяется на общефизическую подготовку. Знакомство такого вида спорта, как футбол. Игра в зале

II модуль. «Большой футбол». С января по июнь.

Этот период акцентирован на обучение технико-тактическим действиям футболиста, и повышению специальных физических нагрузок.

III модуль. Футбол 6x6,7x7,8x8

На этом этапе осваивается новый формат футбола, который популяризируется в нашей стране.

Основополагающие принципы программы:

Комплексность – предусматривает тесную связь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля).

Преемственность – определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения, для отслеживания роста показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности.

Вариативность – предусматривает включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или несколько задач спортивной подготовки.

Таким образом, программа служит основным документом для эффективного построения многолетней подготовки юных футболистов.

Преемственность мыслится и более широко: как преемственность традиций российских футбольных команд и российского спорта вообще.

Использование различных форм сотрудничества с родителями, вовлечение их в жизнь объединения, в совместную с детьми деятельность, повышающую их (родителей) авторитет, позволяет сплотить семьи воспитанников, показать им значение семьи и её главенствующую роль в жизни человека и в жизни страны.

График учебного процесса может быть изменен в зависимости от конкретной учебной или практической задачи при обязательном соблюдении общей продолжительности теоретического обучения, практических и контрольно-тестовых работ.

В результате реализации программы у воспитанников должно сложиться целостное представление о таком виде спорта, как футбол, о гордости за спортивные успехи родной страны. Подростки будут иметь сформированные умения и навыки при игре в футбол, привычки к здоровому образу жизни, укрепят своё здоровье, разовьются физически, приобретут новый положительный социальный опыт для личностного развития.

У родителей, вовлечённых в сферу деятельности программы, будут сформированы навыки эффективного взаимодействия со своими детьми.

Сроки реализации: программа рассчитана на 1 год, объем – 140 часов

Формы обучения: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, медико-восстановительные мероприятия, тестирование и медицинский контроль, участие в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах. Особенностью планирования программного материала является сведение максимально возможных параметров нагрузок, средств и методов тренировки и контроля в одну принципиальную схему годичного цикла тренировки.

Формы организации деятельности: групповая.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 и 1,5 академических часа. Одно занятие длится 40 минут.

Наполняемость учебных групп: составляет 15 человек.

Планируемые результаты

Личностные:

- сформировать установку на здоровый образ жизни;
- изучить правила самодисциплины;
- положительно относиться к учебно-тренировочному процессу;
- уметь преодолевать возникающие затруднения;
- проявить себя личностью, уважающей другого человека, соизмеряющей свои поступки с нравственными ценностями.

Метапредметные:

Познавательные:

- анализировать информацию;
- преобразовывать познавательную задачу в практическую;
- выделять главное, осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения;
- прогнозировать результат.

Регулятивные:

- планировать, контролировать и оценивать учебно-тренировочный процесс в соответствии с поставленной задачей и условием его реализации;
- конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- самостоятельно учитывать выделенные педагогом ориентиры действия в новом материале;
- адекватно воспринимать предложения и оценку педагогов, товарищей и родителей.

Коммуникативные:

- научиться организовывать совместную деятельность со сверстниками;
- научиться слышать другого;
- применять способы противостояния конфликтным ситуациям.

Предметные результаты.

Модульный принцип построения программы предполагает описание предметных результатов в каждом конкретном модуле.

Учебно-тематический план ДООП «Восход»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Футбол в зале	70	9	61
2	Большой футбол	36	9	27
3	Футбол	34	6	28

.	6x6,7x7,8x8			
---	-------------	--	--	--

Критерии оценки знаний, умений и навыков

при освоении программы

Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы определяются:

- уровнем отношения к своему совершенствованию;
- знанием основных положений теории физической культуры;
- прочностью освоения двигательных умений и навыков;
- умением самостоятельно решать некоторые вопросы своей физической подготовленности (составить план тренировки, комплекс упражнений утренней зарядки и т.д.).

Критериями оценки являются качественные и количественные показатели.

Качественные показатели – это степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками.

Количественные показатели – это выполнение нормативов по ОФП.

Способы определения результативности образовательной программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- сдача контрольных нормативов по ОФП (2 раза в год);
- участие в соревнованиях.

В процессе реализации программы по футболу «Восход» педагогом осуществляются основные виды контроля знаний, умений и навыков воспитанников на этапах реализации программы. Систематическая проверка практических умений и теоретических знаний обучаемых помогает выявить их соответствие установленным требованиям и оказать своевременную помощь.

Для оценки результативности учебных занятий применяется входной, текущий и итоговый контроль.

Цель входного контроля- диагностика имеющихся знаний и умений учащихся, их первоначальную физическую подготовку.

Формы оценки: анкетирование, собеседование, тестирование, нормативы по ОФП.

В практической деятельности результативность оценивается качеством, техникой и быстрой выполняемых игровых приемов.

Учащиеся должны уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия, использовать их в условиях соревнований.

I модуль «Футбол в зале»

Цель модуля: привлечь детей к систематическому занятию через игру футбол

Задачи модуля:

- Работать над укреплением здоровья
- Развивать общую физическую подготовленность

Предметный результат:

Обучающийся должен знать и уметь

- контроль мяча
- прием и передача мяча
- удары по мячу

Темы	Теория	Прак тика	Всего
Вводное занятие	1.5		1.5
Видео просмотр.		1.5	1.5
Правила игры. Судейство и проведение соревнований	3		3
Общая и специальная подготовка		20	20
Техника игры		26	26
Тактика игры	4.5	12	16.5
Контрольные упражнения		1.5	1.5
Итого	9	61	70

III Содержание программы.

(1 год)

Тема 1. Вводное занятие. Правила техники безопасности. Прохождение мед осмотра учащимися. Инструктаж. Порядок и содержание работы секции. Понятие о физической культуре. Значение единой спортивной квалификаций в развитие спорта в России, повышение разрядных норм и требований, как выражение неуклонного роста достижений российских спортсменов и совершенствования методов обучения и тренировки. Нормы и требования.

Тема 2 . Видео просмотр.

Теория. Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к их организации и проведению. Разбор и изучение правил игры в футбол. Методика судейства. Площадка для проведения тренировок и соревнований по футболу. Основное и дополнительное оборудование и его значение. Разбор прошедшей игры. Причины

невыполнения общего плана игры и отдельных заданий игрокам. Выводы и указания об устранении недостатков на последующих тренировках.

Практика. Введение мяча. Удары по мячу. Остановка мяча. Финты. Практическая отработка полученных навыков. Организация и разбор проведенных игр, места занятий, инвентарь и оборудование.

Тема 3 . Правила игры. Судейство и проведение соревнований.

Теория. Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к их организации и проведению. Разбор и изучение правил игры в футбол. Методика судейства. Площадка для проведения тренировок и соревнований по футболу. Основное и дополнительное оборудование и его значение.

Практика. Игра вратаря. Игра полевых игроков. Инструктаж по проведению соревнований. Практическая отработка полученных навыков.

Тема 4. Общая и специальная подготовка.

Теория. Совершенствование двигательных качеств футболистов, на подготовку организма к максимальным физическим напряжениям.

Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты, выносливости.

Практика. ОФП. Бег, прыжки, ускорения. Силовые упражнения. ОФП. Бег, прыжки, ускорения. Рывки с мячом 3 по 30. Подвижные игры и эстафеты. Упражнения на развитие ловкости и быстроты Челночный бег с мячом. Удары по воротам. Скоростно-силовая работа. Бег из различных положений. Упражнение на развитие гибкости. Техника передвижения: - различные сочетания приемов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками,

Тема 5. Техника игры.

Теория. Удары по мячу ногой (удары внешней, внутренней, средней частями подъема, удары по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу). Выполнение ударов на точность и силу после остановки. Ведение и рывки на короткие и средние дистанции. Удары по мячу головой (удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке, удары на точность вниз и верхом, вперед и стороны, на короткие и среднее расстояния, удары головой в единоборстве) Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча.

Практика. Ведение мяча. Прием мяча грудью. Передача мяча головой. Финты, обманные движения. Удары по воротам. Игра в квадратах 4 на 2; 5 на 5 Игра в квадратах 4 на 2, 5 на 5 Эстафеты с мячом, силовые упражнения. Обработка мяча. Удары по воротам. Удары по воротам. Учебная игра. Совершенствование ударов по воротам Удары

по воротам по катящемуся мячу. Удары головой в прыжке. Учебная игра. Подвижные игры. Жонглирование мяча.

Тема 6. Тактика игры.

Теория. Индивидуальные действия (оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча, эффективное использование изученных приемов). Групповые действия (комбинация в парах: «стенка», «скрещивание», комбинация «пропуск мяча»). Командные действия (выполнения основных обязанностей атаке на своем игровом месте, расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр) Тактика игры в защите и нападении.

Практика. Индивидуальные действия защитника и нападающего. Тактика игры в защите и нападении. Опека игрока в защите, остановка мяча. Тактика игры в нападении. Тактика игры в нападении: индивидуальные действия. Разучивание комбинации «Забегание». Тактика игры в защите: индивидуальные действия. Тактика игры в нападении: групповые действия. Тактика игры в защите: групповые действия.

Тема 7. Контрольные упражнения.

Ожидаемые результаты обучения..

Обучающийся должен знать:

1. Правила игры в футбол
2. Виды футбола
3. Основные разминочные и восстанавливающие упражнения.

Обучающийся должен уметь практически:

1. Владеть первоначальными навыками в технике владения мячом.
2. Применять на практике разминочные и восстанавливающие упражнения.
3. Выполнять нормы ОФП.

Учебно-тематический план.

2 модуль «Большой футбол»

Цель модуля: сохранить и приумножить желание детей заниматься футболом

Задачи модуля:

- Ознакомить и обучить детей основам техники футбола
- Обучить детей пониманию того, что футбол – это командная игра

Предметные результаты

Обучающийся должен знать и уметь

- контроль мяча в группах
- удары по мячу с места и по катящему мячу

Темы	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие	1.5		1.5
Видео просмотр.		1.5	1.5
Правила игры. Судейство и проведение соревнований	1,5		1,5
Общая и специальная подготовка		7	7
Техника игры		12	12
Тактика игры	3	8	11
Контрольные упражнения		1.5	1.5
Итого	6	30	36

Содержание программы.

2 модуля.

Тема 1. Вводное занятие. Правила техники безопасности. Прохождение медосмотра учащимися. Инструктаж. Порядок и содержание работы секции

Тема 2. Общая и специальная подготовка.

Теория. Совершенствование двигательных качеств футболистов, на подготовку организма к максимальным физическим напряжениям.

Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты, выносливости. Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к их организации и проведению.

Практика. Инструктаж по проведению соревнований. Практическая отработка полученных навыков. ОФП. Кросс 2 км. ОФП. Бег, прыжки, ускорения. Силовые упражнения. ОФП. Бег, прыжки, ускорения. Рывки с мячом 3 по 30. Подвижные игры и эстафеты. Упражнения на развитие ловкости и быстроты Челночный бег с мячом. Скоростно-силовая работа. Бег из различных положений. Упражнение на развитие гибкости.

Тема 3. Техника игры.

Теория. Техника передвижения: - различные сочетания приемов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками, удары по мячу ногой (удары внешней, внутренней, средней частями подъема, удары по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу). Выполнение ударов на точность и силу после остановки. Ведение и рывки на короткие и средние дистанции. Удары по мячу головой (удары средней и боковой частью

лба без прыжка и в прыжке, удары на точность вниз и верхом, на короткие и среднее расстояния, удары). Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча.

Практика. Ведение мяча. Прием мяча грудью. Передача мяча головой. Финты, обманные движения. Удары по воротам. Игра в квадратах 4 на 2; 5 на 5 Игра в квадратах 4 на 2, 5 на 5 Эстафеты с мячом, силовые упражнения. Обработка мяча. Удары по воротам. Учебная игра. Совершенствование ударов по воротам Удары по воротам по катящемуся мячу. Удары головой в прыжке. Учебная игра. Подвижные игры. Жонглирование мяча. Обводка фишек.

Тема 4. Тактика игры.

Теория. Индивидуальные действия защитника и нападающего. Групповые действия (комбинация в парах: «стенка», «скрещивание», комбинация «пропуск мяча»). Командные действия (выполнения основных обязанностей атаке на своем игровом месте, расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр). Тактика игры в защите.

Практика. Индивидуальные действия защитника и нападающего. Тактика игры в защите (тактика игры с последним защитником). Тактика игры в нападении. Тактика игры в нападении: индивидуальные действия. Разучивание комбинации «Забегание». Тактика игры в защите: индивидуальные действия. Тактика игры в нападении: групповые действия. Тактика игры в защите: групповые действия.

Тема 5. Контрольные упражнения. Испытания по технике работы с мячом. Тест Купера. Удары на точность и на дальность. Прыжки в длину. Бег на 30, 60, 100 м., 2 км.

Ожидаемые результаты обучения.

Обучающийся должен знать:

1. Тактические действия и действия игры в защите и нападении.

Обучающийся должен уметь практически:

1. Выполнять основные упражнения: ведение мяча, удары по мячу, остановки и передачи.
2. Выполнять нормы ОФП.

Учебно-тематический план.

Змодуль. «Футбол 6х6,7х7,8х8»

Цель модуля: сохранить и приумножить желание детей заниматься футболом

Задачи модуля:

- Ознакомить и обучить детей основам техники и тактики игры в формате 6x6,7x7,8x8.

Предметные результаты:**Обучающийся должен знать и уметь**

- правила игры
- технико –тактические действия в группах

Темы	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие	1.5		1.5
Видео просмотр.		1.5	1.5
Правила игры. Судейство и проведение соревнований	1,5		1,5
Общая и специальная подготовка		5	5
Техника игры		11	11
Тактика игры	4	8	12
Контрольные упражнения		1.5	1.5
Итого	7	27	34

Содержание программы.**3 модуля.**

Тема 1. Вводное занятие. Правила техники безопасности. Прохождение мед осмотра учащимися. Инструктаж. Порядок и содержание работы секции

Тема 2. Общая и специальная подготовка.

Теория. Совершенствование двигательных качеств футболистов, на подготовку организма к максимальным физическим напряжениям.

Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты, выносливости. Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к их организации и проведению.

Практика. Инструктаж по проведению соревнований. Практическая отработка полученных навыков. ОФП. Кросс 2 км. ОФП. Бег, прыжки, ускорения. Силовые упражнения. ОФП. Бег, прыжки, ускорения. Рывки с мячом 3 по 30. Подвижные игры и эстафеты. Упражнения на развитие ловкости и быстроты Челночный бег с мячом.

Скоростно-силовая работа. Бег из различных положений. Упражнение на развитие гибкости.

Тема 3. Техника игры.

Теория. Техника передвижения: - различные сочетания приемов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками, удары по мячу ногой (удары внешней, внутренней, средней частями подъема, удары по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу). Выполнение ударов на точность и силу после остановки. Ведение и рывки на короткие и средние дистанции. Удары по мячу головой (удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке, удары на точность вниз и верхом, на короткие и среднее расстояния, удары). Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча.

Практика. Ведение мяча. Прием мяча грудью. Передача мяча головой. Финты, обманные движения. Удары по воротам. Игра в квадратах 4 на 2; 5 на 5 Игра в квадратах 4 на 2, 5 на 5 Эстафеты с мячом, силовые упражнения. Обработка мяча. Удары по воротам. Учебная игра. Совершенствование ударов по воротам Удары по воротам по катящемуся мячу. Удары головой в прыжке. Учебная игра. Подвижные игры. Жонглирование мяча. Обводка фишек.

Тема 4. Тактика игры.

Теория. Индивидуальные действия защитника и нападающего. Групповые действия (комбинация в парах: «стенка», «скрещивание», комбинация «пропуск мяча»). Командные действия (выполнения основных обязанностей атаке на своем игровом месте, расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр). Тактика игры в защите.

Практика. Индивидуальные действия защитника и нападающего. Тактика игры в защите (тактика игры с последним защитником). Тактика игры в нападении. Тактика игры в нападении: индивидуальные действия. Разучивание комбинации «Забегание». Тактика игры в защите: индивидуальные действия. Тактика игры в нападении: групповые действия. Тактика игры в защите: групповые действия.

Тема 5. Контрольные упражнения. Испытания по технике работы с мячом. Тест Купера. Удары на точность и на дальность. Прыжки в длину. Бег на 30, 60, 100 м., 2 км.

Ожидаемые результаты обучения.

Обучающийся должен знать:

2. Тактические действия и действия игры в защите и нападении.

Обучающийся должен уметь практически:

3. Выполнять основные упражнения: ведение мяча, удары по мячу, остановки и передачи.
4. Выполнять нормы ОФП.

III Методическое обеспечение программы

Методологические принципы реализации содержания программы.

Программа строится на системе принципов, в основу которых положены личностно-деятельностные и управленические подходы. В соответствии с этапами формирования и осуществления цикла педагогического управления познавательной и практической деятельностью обучающихся и, учитывая нацеленность всех принципов на формирование личности, индивидуальности каждого обучающегося, выделяется следующая система принципов обучения по данной программе:

1. *Принцип развивающего и воспитывающего характера обучения* направлен на развитие личности и индивидуальности обучающихся. Данный принцип обучения предполагает, что обучение направлено на формирование не только знаний и умений, но и определённых морально-нравственных качеств, которые служат основой выбора жизненных приоритетов и социального поведения.

2. *Принцип систематичности и последовательности* в овладении теоретическими знаниями и практическим умениям учащегося. Предполагают преподавание и усвоение знаний в определённом порядке, системе. Он требует логического построения, как содержания, так и процесса обучения.

3. *Принцип доступности обучения.* Предполагает учёт особенностей развития обучающихся, анализ материала с точки зрения их возможностей и такой организации обучения, чтобы они не испытывали моральных и физических перегрузок. Правило этого принципа (по Я.А.Коменскому):

- переходить от лёгкого к трудному, от известного к неизвестному.

4. *Принцип обучения на высоком уровне трудности* (Л.В. Занков) тоже является составной частью основного принципа доступности: обучать в зоне ближайшего развития, т.е. на том уровне, которого ребёнок может достичь под руководством взрослого.

5. *Принцип результативности обучения.* Данный принцип требует формирование определённых умений, которые служат основой привычек и поведения. Это зависит от отношения к предмету. Поэтому для прочного усвоения требуется сформировать позитивное отношение, интерес к изучаемому материалу.

6. *Принцип рационального сочетания коллективных и индивидуальных форм и способов учебной работы.* Означает, что педагог может и должен использовать самые разнообразные формы организации обучения: практическое тестирование, обсуждения, экскурсии различные способы взаимодействия обучающихся в учебном процессе: работа в постоянных и сменных парах, в малых и больших группах, индивидуальная работа. Кроме этого обучение можно осуществлять в разнообразных видах деятельности детей вне занятий.

7. *Принцип учёта возрастных особенностей.* Принцип требует учёта в процессе обучения особенностей возраста обучающихся физических и психических.

Основные формы и методы работы.

Программа предусматривает применение на каждом занятии различных методов обучения, опирающихся на основные принципы построения программы: актуальность, доступность изложения, индивидуальный, личностно-ориентированный подход. Для достижения поставленных задач предусматривается отбор основных форм и методов совместной деятельности.

В связи с этим особое место в программе занимают следующие формы обучения:

- 1) Индивидуальная
- 2) Групповая

В процессе занятий используются следующие **методы обучения**:

- словесный;
- наглядный;
- наблюдения;
- игровой;
- круговая тренировка;
- соревновательный;
- тестирование;
- анкетирование;
- самостоятельная работа;
- творческая работа;

Материально-техническое обеспечение программы.

Занятия проводятся в спортивном зале и на открытом воздухе, спортивный зал в здании образовательного учреждения, в наличии имеются футбольные мячи (один на двоих), футбольные ворота. Команда имеет футбольную форму игроков и вратаря. Для работы используются видеокамера и видеокамера.

Воспитательная деятельность

Воспитательная деятельность представлена теоретическим и практическим материалом. Теоретический материал включает в себя знания по анатомии и физиологии человека, о способах самостоятельных тренировок, о важности закаливания. Педагог рассказывает о достижениях в области футбола: знаменитые защитники, полузащитники, чемпионы мира. Практическая часть воспитательных мероприятий включает в себя проведение различных познавательных игр или отработка знаменитых приемов игры, а также экскурсии на природу и просмотр видеофильмов.

Используемые для занятий интернет- ресурсы:

1. <https://ru.wikipedia.org>
2. <http://www.footballtop.ru/clubs/lada-tolyatti>
3. <http://фклада.рф>
4. <http://www.syzran-2003.ru>
5. <http://www.kc-самара.ru/>
6. http://regsamarh.ru/external/media/files/info_dejatelnost/publikazii/stat%27ya_o_samarskom_futbole.pdf
7. <http://progorodsamara.ru/sport/view/148129>
8. <http://fedsamfoot.ru/>

Список литературы.

1. Чанади А. Футбол. Техника. М., 1978.
2. Сушков М.П., Розин М.Б., Лукашин Ю.С. Кожаный мяч. М.,1983
3. Лаптев А.П., Суцилин А.А. Юный футболист. М.,1983.
5. Янош П. Подготовка юного футболиста. М.,1973.
6. Безопасность человека. Учебно-методическое пособие для образовательных учреждений. Коллектив авторов./ Под ред Л.И. Шершнёва. фонд национальной и международной безопасности. М.,1994.
- 8.. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования/ Под ред. Е.С. Полат.- Академия, 2001.
9. Андреев С. Н. Футбол - твоя игра. - М., 1989. 10. Гогунов Е. Н., Мартынов Б. И, Психология физического воспитания и спорта. - М.: ACADEMIA, 2000.
11. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.

12. Евладова Е. Б., Логинова Л. Г., Михайлова Н. Н. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2002.

13. Корякина Н. И., Жевлакова М. А., Кириллов П. Н. Образование для устойчивого развития: поиск стратегии, подходов, технологий: Метод. пособие для учителя. - СПб., 2000.

14. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986. – 222 с.

15. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8–10 лет) – 111 с.; 2 этап

16. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола. – М.: Олимпия, 2007. – С. 10–12.

Приложение 1

Календарный план-график программы «Восход» Первый модуль. «Футбол в зале»

26 занятий по 2 часа

12 занятий по 1.5 часа

	Содержание	Количество часов
	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1.5
	Правила игры. Судейство	1.5
	Техника игры	2
	Видео просмотр	1.5
	Контрольные упражнения	1.5
	Техника игры	2
	Общая и физическая подготовка	2
	Тактика игры	1.5
	Техника игры	2
	Техника игры	2

0		
1	Тактика игры	2
2	Общая и физическая подготовка	2
3	Техника игры	2
4	Общая и физическая подготовка	2
5	Тактика игры	2
6	Техника игры	2
7	Общая и физическая подготовка	2
8	Техника игры	2
9	Техника игры	2
0	Правила игры. Судейство	1.5
1	Техника игры	2
2	Тактика игры	2
3	Общая и физическая подготовка	2
4	Общая и физическая подготовка	2
5	Техника игры	2
6	Общая и физическая подготовка	2
	Техника игры	2

7		
8	Общая и физическая подготовка	2
9	Тактика игры	1.5
0	Общая и физическая подготовка	2
1	Тактика игры	1.5
2	Техника игры	2
3	Тактика игры	2
4	Тактика игры	2
5	Общая и физическая подготовка	2
6	Тактика игры	2
7	Общая и физическая подготовка	2
8	Техника игры	2

Второй модуль «Большой футбол»

8 занятий по 1,5 часа

12 занятий по 2 часа

	Содержание	Количество часов
	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1.5
	Правила игры. Судейство	1.5
	Техника игры	2

	Видео просмотр	1.5
	Контрольные упражнения	1.5
	Техника игры	2
	Общая и физическая подготовка	1.5
	Тактика игры	1.5
	Техника игры	2
0	Техника игры	2
1	Тактика игры	1.5
2	Общая и физическая подготовка	1.5
3	Техника игры	2
4	Общая и физическая подготовка	2
5	Тактика игры	2
6	Техника игры	2
7	Общая и физическая подготовка	2
8	Тактика игры	2
9	Тактика игры	2
0	Тактика игры	2

Календарный план-график
Третий модуль. «Футбол 6x6,7x7,8x8»

№	Содержание	Количество часов
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности	1.5

2	Правила игры. Судейство	1.5
3	Техника игры	2
4	Видео просмотр	1.5
5	Контрольные упражнения	1.5
6	Техника игры	2
7	Общая и физическая подготовка	1.5
8	Тактика игры	2
9	Техника игры	2
10	Техника игры	2
11	Тактика игры	2
12	Общая и физическая подготовка	1.5
13	Техника игры	1.5
14	Общая и физическая подготовка	2
15	Тактика игры	2
16	Техника игры	1.5
18	Тактика игры	2
19	Тактика игры	2
20	Тактика игры	2

Приложение№2

Контрольные нормативы по ОФП
для обучающихся СП Центр детского творчества

п/ п	Контрольные упражнения	Возраст	Оценка		
			Мальчики/ девочки		
			низкий	средний	высокий
			3	4	5

1	Бег 30м (сек)	7	7,5 и в.		7,3-6,2		5,6 и н.	
		8	7,1	7,3	7,0-6,0	6,2-	5,4	5,8
		9	6,8	7,0	6,7-5,7	7,0	5,1	5,5
		10	6,6	6,8	6,5-5,6	6,0-	5,1	5,3
		11	6,3 и в.	6,6	6,1-5,5	6,2	5,0 и н.	5,2
		12	6,0	6,2	5,8-5,4	5,8-	4,9	5,1
		13	5,9	6,1	5,6-5,2	6,0	4,8	5,0
		14	5,8	6,0	5,5-5,1	5,7-	4,7	4,9
		15	5,5	5,8	5,3-4,9	5,9	4,5	4,7
		16	5,2	5,4	5,1-4,8	5,8	4,4	4,6
		17	5,1	5,3	5,0-4,7	5,6	4,3	4,5
						5,4		
						5,3		
						5,2		
						5,0		
2	Прыжок в длину с места, см	7	100 и н.		115-		155 и в.	
		8	110	100	135	115	165	135
		9	120	110	125-	120	175	140
		10	130	120	145	125	185	145
		11	140 и н.	125	130-	130	195 и в.	150
		12	145	130	150	135	200	155
		13	150	135	140-	140	205	165
		14	160	140	160	150	210	170
		15	175	150	160-	155	220	175
		16	180	160	180	165	230	180
		17	190	170	165-	170	240	185
					180			
					170-			
					190			
					180-			
					195			
					190-			
					205			
					195-			
					210			

					205- 220			
3	6-минутный, м	7	700	750-		1100 »		
		8	750	700	900	750-	1150»	850
		9	800	750	800-	800	1200»	900
		10	850	800	950	750-	1250»	950
		11	900	850	850-	850	1300»	1000
		12	950	850	1000	800-	1350»	1050
		13	1000	900	900-	850	1400»	1100
		14	1050	900	1050	850-	1450»	1150
		15	1100	950	1100-	900	1500»	1200
		16	1100	950	1100	900	1500»	1250
		17	1100	1000	1100-	950	1500»	1250
					1200	1000		
					1150-	1050		
					1250	1100		
					1250-	1200		
					1300			
					1250-			
					1350			
					1300-			
					1400			
					1300-			
					1400			

Приложение №3
Договор о сетевом взаимодействии и сотрудничестве

с. Большая Черниговка

 2020 г.

«__»

Структурное подразделение, реализующее дополнительные общеобразовательные программы, Центр детского творчества государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области средней общеобразовательной школы №1 имени Героя Советского Союза И.М. Кузнецова с. Большая Черниговка муниципального района Большечерниговский Самарской области, именуемое в дальнейшем СП Центр детского творчества, в лице начальника Трубаровой Рашиды Халилуллиевны, действующего на основании доверенности от 11.01.2021 г. №2, выданной ГБОУ СОШ №1 им. И.М. Кузнецова с. Большая Черниговка, с одной стороны, и Местная общественная организация «Федерация футбола Большечерниговского района Самарской области» (в дальнейшем ФФБРСО) в лице председателя Губайдулина Ришата Тагировича, действующего на основании Устава, с другой стороны (в дальнейшем Стороны), заключили договор о нижеследующем.

1. Общие положения

Предметом настоящего Договора является эффективное и взаимовыгодное сотрудничество Сторон по созданию и функционированию сетевого взаимодействия и сотрудничества в объединениях физкультурно-спортивной направленности в образовательной организации в рамках реализации программ развития футбола и спорта в целом на территории района.

- 1.1. Стороны договариваются о сетевом взаимодействии в процессе реализации дополнительных общеобразовательных программ физкультурно-спортивной направленности и совместном сотрудничестве в проведении соревнований, семинаров, мастер-классов и других мероприятий физкультурно-спортивной направленности.
- 1.2. Настоящий Договор в качестве основной цели ставит обеспечение взаимодействия и обмен опытом Сторон по вопросам повышения качества спортивных результатов, обучающихся путем проектирования и реализации программ развития футбола и спорта.
- 1.3. Сетевое взаимодействие организуется для решения следующих задач:
 - организации совместной деятельности Сторон,
 - формирование системы взаимного информирования, обмена опыта, консультационной поддержки и экспертной оценки материалов участников образовательных отношений по темам проектов Сторон,
 - повышения качества и доступности дополнительного образования.
- 1.4. В рамках сетевого взаимодействия Стороны:
 - содействуют информационному обеспечению друг друга по предмету Договора,
 - производят обмен учебной и методической литературой, в т. ч. авторскими учебно-методическими разработками,
 - организуют участие педагогических работников в вебинарах, конференциях, конкурсах, организуемых Сторонами;
 - используют дистанционные и/или дистанционно-очные формы взаимодействия.
- 1.5. Стороны вправе в ходе реализации настоящего Договора дополнить предметы, цель и задачи путем подписания дополнительного соглашения к настоящему Договору.
- 1.6. Заключение настоящего Договора не влечёт возникновения финансовых обязательств Сторон; обязательства имущественного характера, связанные с реализацией настоящего Договора, принимаются и реализуются Сторонами в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.
- 1.7. Реализация данного договора направлена на:
 - развитие сетевого взаимодействия образовательных организаций;

- повышения качества и доступности образования за счет интеграции и использования ресурсов организаций –партнеров;
- разработка курсов и программ с возможностью использования материально-технических ресурсов партнера;
- повышение уровня компетенций и развитие профессионального мастерства педагогов.

2. Условия сотрудничества

2.1. Настоящий Договор является безвозмездным. Вся деятельность Сторон в рамках настоящего Договора является некоммерческой, осуществляется на безвозмездной основе и не преследует цели извлечения прибыли.

2.2. Настоящий Договор является рамочным, т.е. определяющим структуру, принципы и общие правила взаимодействия Сторон. В процессе сетевого взаимодействия и в рамках настоящего Договора Стороны могут дополнительно заключать договоры и соглашения, предусматривающие детальные условия и процедуры взаимодействия Сторон. Такие дополнительные договоры и соглашения становятся неотъемлемой частью настоящего Договора и должны содержать ссылку на него.

2.3. Стороны обеспечивают следующие стандарты совместного ведения деятельности:

2.3.1. Взаимодействие и сотрудничество между Сторонами осуществляется на основе равенства, законности, открытости и доверия, добросовестности и надежности, координации деятельности, взаимном информировании и совместной заинтересованности в эффективном взаимодействии.

2.3.2. Стороны сотрудничают в предоставлении информации по предмету настоящего Договора.

2.3.3. Стороны воздерживаются от любых действий, которые могут привести к нанесению ущерба и (или) ущемлению интересов другой Стороны.

2.4. Стороны обеспечивают соответствие совместной деятельности законодательным требованиям. Каждый партнер гарантирует наличие правовых возможностей для выполнения взятых на себя обязательств, кадрового обеспечения, наличие необходимых разрешительных документов (лицензии) и иных обстоятельств, обеспечивающих законность деятельности стороны.

3. Права и обязанности сторон

3.1. Стороны содействуют друг другу в привлечении сторонних организаций для организации совместных семинаров, различных информационных и научно-методических, массовых мероприятий для участников сетевого взаимодействия.

3.2. Стороны обеспечивают взаимное содействие в вопросах кадрового обеспечения деятельности партнера по настоящему договору.

Стороны обязуются при поступлении запроса о необходимости привлечения соответствующих специалистов от партнера по договору довести информацию о поиске партнером исполнителя соответствующей квалификации до своих работников.

В случае согласия работника стороны договора заключить соответствующий договор с партнером по договору, проводятся переговоры с целью обеспечения наилучшего использования рабочего времени работника по основному месту работы с тем, чтобы установленный по основному месту работы режим работы позволял работнику одновременно с этим вести деятельность по трудовому договору по совместительству, гражданско - правовому договору для реализации задач партнера по договору.

3.3. Стороны обязуются добросовестно исполнять принятые на себя обязательства по настоящему договору.

4. Срок договора

4.1. Договор вступает в силу с момента его подписания и действует с автоматической пролонгацией..

5. Ответственность сторон

5.1. За неисполнение или ненадлежащее исполнение обязательств, предусмотренных настоящим договором, стороны несут ответственность в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

5.2. Стороны освобождаются от ответственности за частичное или полное неисполнение обязательств по Договору, если такое неисполнение является следствием обстоятельств непреодолимой силы (форс-мажорных обстоятельств): стихийных природных явлений (землетрясения, наводнения), войн, революций, ограничительных и запретительных актов государственных органов, непосредственно относящихся к выполнению настоящего Договора. Указанные обстоятельства должны возникнуть после заключения Договора, носить чрезвычайный, непредвиденный и непредотвратимый характер и не зависеть от воли Сторон.

5.3. О наступлении и прекращении вышеуказанных обстоятельств Сторона, для которой создалась невозможность исполнения обязательств по настоящему Договору, должна немедленно известить другую Сторону в письменной форме, приложив соответствующие подтверждающие документы.

7.4. В случае наступления форс-мажорных обстоятельств срок исполнения обязательств по Договору отодвигается соразмерно времени, в течение которого будут действовать такие обстоятельства и их последствия.

6. Иные условия

6.1. Расторжение Договора возможно в одностороннем порядке любой из его Сторон путем направления соответствующего уведомления другой Стороне за один месяц до предполагаемой даты расторжения.

6.2. Стороны обязуются добросовестно исполнять принятые на себя обязательства по настоящему Договору, а также нести ответственность за неисполнение настоящего Договора и заключенных для его реализации дополнительных договоров, и соглашений.

6.3. Стороны примут все меры для решения разногласий в рамках сотрудничества по вопросам, не нашедшим своего отражения в тексте настоящего Договора, посредством переговоров.

В случае, если Стороны не решают споры и разногласия путем переговоров, все споры и разногласия решаются в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

6.4. Настоящий Договор составлен в двух экземплярах, имеющих одинаковую юридическую силу.

6.5. Изменения и дополнения к настоящему Договору заключаются в письменной составляются в двух экземплярах и являются неотъемлемой частью настоящего Договора.

7. Реквизиты и подписи сторон

СП Центр детского творчества
ГБОУ СОШ №1 им. Кузнецова с.
Большая Черниговка

МОо «Федерация футбола
Большечерниговского района
Самарской области»

446290, Самарская область,
Большечерниговский район, с.
Большая Черниговка, пер.
Кооперативный, 5.

Начальник СП Центр детского
творчества _____ Р.Х.
Трубарова

446271 Самарская область
Большечерниговский район поселок
Иргизский, ул.Школьная 20-2

Председатель МОо «ФФБРСО»

_____ Р.Т. Губайдулин