

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

Рассмотрена на заседании  
методического совета  
Протокол № 5 от 20.06.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА  
приказом СП Центр  
детского творчества  
№ 94 од-с1 от 21.06.2024г.  
Р.Х. Трубарова

Дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Престиж»

физкультурно-спортивной направленности

Срок реализации – 1 год  
Возраст обучающихся - 8-17 лет

Разработчик:  
Тулигенов С.А. – педагог  
дополнительного образования  
СП Центр детского творчества

с. Большая Черниговка, 2024 г.

## **Краткая аннотация:**

По программе «Престиж» 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**

### **Актуальность программы**

Несмотря на высокий уровень экономической активности населения, образованности и квалифицированности рабочей силы, Самарская область по охвату услугами культурных и спортивных организаций отстает от среднероссийского уровня и большинства регионов-конкурентов. Из этого следует, что одним из приоритетных направлений социально-экономического развития Самарской области (Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года) является поддержка детского спорта.

Футбол является одним из популярных видов спорта. 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 несколько 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.

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 29.12.2012 № 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 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 25 мая 2019 г. № 996-р);

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»;

Приказ Министерства просвещения России 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»;

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».

Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

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»).

Основная цель подготовки юных спортсменов – формирование у них социальной компетентности. Данная программа даёт возможность детям и подросткам самоопределиваться, 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 Центра детского творчества физкультурно-спортивной направленности нацелены в основном на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. 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. Новизна программы состоит также в применении нового разделения учебного процесса по этапам, что позволяет осуществлять дополнительные вливания извне в любой из этапов обучающего процесса, с учетом индивидуальных психолого-физиологических особенностей детей.

**Новизна данной дополнительной программы** заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Дополнительная программа «Престиж» состоит из 3 модулей. Программа ориентирована на детей от 8 до 17 лет. Объем программ – 140 часов в год.

### **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:**

- развить координацию движения;
- развить мотивацию на самосовершенствование.
- развить эмоционально-волевой сферы воспитанников (силы воли, настойчивости, решительности, самообладания и др.)

**Воспитательные:**

- воспитать привычку к самостоятельным систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- создать условия для общения.
- воспитать гражданственность и патриотизм.

**Образовательные:**

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

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

**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 обучении технико-тактическим действиям футболиста, и повышению специальных физических нагрузок.

**III модуль. Футбол 6х6,7х7,8х8**

**Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 и 1,5 часа.**

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

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.

**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 нескольких 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

### **Ожидаемые результаты**

#### **Метапредметные:**

- улучшение координации движения;
- наличие мотивации на самосовершенствование.
- развитие эмоционально-волевой сферы у воспитанников, силы воли, настойчивости, решительности, самообладания.

#### **Личностные:**

- привыкли к самостоятельным систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- умеют создавать условия для общения.
- проявление к гражданственности и патриотизму.

#### **Предметные:**

- освоение детьми техники и тактики игры в футбол;
- сформированность жизненно важных двигательным навыков.

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.

### **Учебный план ДООП «Престиж»**

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Футбол в зале	70	9	61
2.	Большой футбол	36	9	27
3	Футбол 6х6,7х7,8х8	34	6	28
	Итого	140	24	116

### **Система контроля**

В процессе реализации программы секции футбола «Престиж» 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.

Программа объединяет теоретический, практический, контрольно – итоговый материал. Теоретический материал ориентирован на формирование четкого представления о спортивной игре в футбол; позитивного, целостного отношения к спорту.

Практический материал направлен на развитие жизненно – важных умений и навыков, на освоение тактики и техники игры в футбол. Контрольный материал позволяет объективно и дифференцированно оценить результаты учебной деятельности учащихся.

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 быстротой выполняемых игровых приемов.

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

### **І модуль. «Футбол в зале»**

**Цель модуля:** привлечение детей к систематическим занятиям спортом через игру футбол

**Задачи модуля:**

- работать над укреплением здоровья;
- развивать общую физическую подготовленность;
- развивать принятию быстрых передач в игре.

**Ожидаемые результаты обучения.**

**Обучающийся должен знать:**

- правила игры в футбол;
- виды футбола;
- основные разминочные и восстанавливающие упражнения.

**Обучающийся должен уметь практически:**

- владеть первоначальными навыками в технике владения мячом;
- применять на практике разминочные и восстанавливающие упражнения;
- выполнять нормы ОФП.

### **Учебно-тематический план модуля «Футбол в зале»**

<b>Темы</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Всего</b>
Вводное занятие	1.5	0	1.5
Видео просмотр.	0	1.5	1.5
Правила игры. Судейство и проведение соревнований	3	0	3
Общая и специальная подготовка	0	20	20
Техника игры	0	26	26
Тактика игры	4.5	12	16.5
Контрольные упражнения. Подведение итогов модуля.	0	1.5	1.5
Итого	9	61	70

### **Содержание программы модуля «Футбол в зале».**

**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.**

## **II модуль. «Большой футбол»**

**Цель модуля:** сохранение и приумножение желания детей заниматься футболом.

### **Задачи модуля:**

- ознакомить и обучить детей основам техники футбола;
- обучить детей пониманию того, что футбол – это командная игра.

**Ожидаемые результаты обучения.**

**Обучающийся должен знать:**

- тактические действия и действия игры в защите и нападении.

**Обучающийся должен уметь практически:**

- выполнять основные упражнения: ведение мяча, удары по мячу, остановки и передачи;  
- выполнять нормы ОФП.

**Учебно-тематический план модуля «Большой футбол».**

Темы	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие.	1,5	0	1,5
Видео просмотр.	0	1,5	1,5
Правила игры. Судейство и проведение соревнований.	1,5	0	1,5
Общая и специальная подготовка.	0	7	7
Техника игры .	0	12	12
Тактика игры.	3	8	11
Контрольные упражнения. Итоговое занятие.	0	1,5	1,5
Итого	6	30	36

**Содержание программы модуля «Большой футбол».**

**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.

### III модуль. «Футбол 6х6,7х7,8х8»

**Цель модуля:** сохранение и приумножение желания детей заниматься футболом.

**Задачи модуля:**

- ознакомить и обучить детей основам техники и тактики игры в формате 6х6,7х7,8х8.

**Ожидаемые результаты обучения.**

**Обучающийся должен знать:**

- тактические действия и действия игры в защите и нападении.

**Обучающийся должен уметь практически:**

- выполнять основные упражнения: ведение мяча, удары по мячу, остановки и передачи;

- выполнять нормы ОФП.

#### Учебно-тематический план модуля «Футбол 6х6,7х7,8х8».

Темы	Теория	Практика	Всего
Вводное занятие.	1,5	0	1,5
Видео просмотр.	0	1,5	1,5
Правила игры. Судейство и проведение соревнований.	1,5	0	1,5
Общая и специальная подготовка.	0	5	5
Техника игры .	0	11	11
Тактика игры.	4	8	12
Контрольные упражнения.	0	1,5	1,5
Итого:	7	27	34

#### Содержание программы модуля «Футбол 6х6,7х7,8х8».

**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.

### **Методическое обеспечение программы**

#### *Методологические принципы реализации содержания программы.*

Программа строится на системе принципов, в основу которых положены личностно-деятельностные и управленческие 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 аний.
7. *Принцип учёта возрастных особенностей.* Принцип требует учёта в процессе обучения особенностей возраста обучающихся физических и психических.

### **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 видеоаппаратура.

### **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.

#### **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;

Используемые для занятий интернет- ресурсы:

1. <https://ru.wikipedia.org>
2. <http://www.footballtop.ru/clubs/lada-tolyatti>
3. <http://фклада.пф>
4. <http://www.syzran-2003.ru>
5. <http://www.kc-camapa.ru/>

6. [http://regsamarh.ru/external/media/files/info\\_dejatelnost/publikazii/stat%27ya\\_o\\_samarskom\\_futbole.pdf](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., 2019.
2. Сушков М.П., Розин М.Б., Лукашин Ю.С. Кожаный мяч. М.,2018
3. Лаптев А.П., Сучилин А.А. Юный футболист. М.,2021.
5. Янош П. Подготовка юного футболиста. М.,2018.
6. Безопасность человека. Учебно-методическое пособие для образовательных учреждений. Коллектив авторов./ Под ред Л.И. Шершнёва. фонд национальной и международной безопасности. М.,2020.
- 8.. Новые педагогические и информационные технологии в системе образования/ Под ред. Е.С. Полат.- Академия, 2021.
9. Андреев С. Н. Футбол - твоя игра. - М., 2021.
10. Гогунев Е. Н., Мартьянов Б. И, Психология физического воспитания и спорта. - М.: АCADEMIA, 2020.
11. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2020.
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, 2022..
13. Корякина Н. И., Жевлакова М. А., Кириллов П. Н. Образование для устойчивого развития: поиск стратегии, подходов, технологий: Метод. пособие для учителя. - СПб., 2020.
14. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986. – 222 с.
15. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2017. [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, 2018. – С. 10–12.

### 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		7,3-6,2		5,6 и			
		8	в.	7,3	7,0-6,0	6.2-7,0	н.	5,8		
		9	7,1	7,0	6,7-5,7	6,0-6,2	5,4	5,5		
		10	6,8	6,8	6,5-5,6	5,8-6,0	5,1	5,3		
		11	6,6	6,6	6,1-5,5	5,7-5,9	5,1	5,2		
		12	6,3 и	6,2	5,8-5,4	5,8	5,0 и	5,1		
		13	в.	6,1	5,6-5,2	5,6	н.	5,0		
		14	6,0	6,0	5,5-5,1	5,4	4,9	4,9		
		15	5,9	5,8	5,3-4,9	5,3	4,8	4,7		
		16	5,8	5,4	5,1-4,8	5,2	4,7	4,6		
		17	5,5	5,3	5,0-4,7	5,0	4,5	4,5		
				5,2			4,4			
				5,1			4,3			
		2	Прыжок в длину с места, см	7	100 и		115-135		155 и	
				8	н.	100	125-145	115	в.	135
				9	110	110	130-150	120	165	140
				10	120	120	140-160	125	175	145
11	130			125	160-180	130	185	150		
12	140 и			130	165-180	135	195 и	155		
13	н.			135	170-190	140	в.	165		
14	145			140	180-195	150	200	170		
15	150			150	190-205	155	205	175		
16	160			160	195-210	165	210	180		
17	175			170	205-220	170	220	185		
				180			230			
				190			240			
3	6-минутный, м			7	700		750-900		1100 »	
				8	750	700	800-950	750-	1150»	850
				9	800	750	850-1000	800	1200»	900
				10	850	800	900-1050	750-	1250»	950
		11	900	850	1100-	850	1300»	1000		
		12	950	850	1100	800-	1350»	1050		
		13	1000	900	1100-	850	1400»	1100		
		14	1050	900	1200	850-	1450»	1150		
		15	1100	950	1150-	900	1500»	1200		
		16	1100	950	1250	900	1500»	1250		
		17	1100	100	1250-	950	1500»	1250		
				0	1300	1000				
					1250-	1050				
					1350	1100				
					1300-	1200				

					1400 1300- 1400			
--	--	--	--	--	-----------------------	--	--	--

**Календарный учебный график  
программы «Престиж»**

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Ко л-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>Модуль «Футбол в зале»</b>							
1		15.00-16.30	2	Вводное занятие. Правила техники безопасности	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
2		15.00-16.10	1,5	Правила игры. Судейство	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3		15.00-16.30	2	Техника игры	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
4		15.00-16.10	1,5	Видео просмотр	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5		15.00-16.30	2	Контрольные упражнения	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
6		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
8		15.00-16.10	1,5	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
9		15.00-16.30	2	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
10		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль

							умений и навыков, наблюдение
11		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13		15.00-16.30	2	Техника игры	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
14		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
15		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
16		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
17		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
18		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
19		15.00-16.30	2	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
20		15.00-16.10	1,5	Правила игры. Судейство	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
21		15.00-16.30	2	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и

							навыков, наблюдение
22		15.00-16.10	1,5	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
23		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
24		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	
25		15.00-16.30	2	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
26		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
27		15.00-16.30	2	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
28		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
29		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
30		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
31		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
32		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков,

							наблюдение
33		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
34		15.00-16.10	1,5	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
35		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
36		15.00-16.10	1,5	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
37		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
38		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
39		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
40		15.00-16.10	1,5	Контрольные упражнения	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение

**Модуль «Большой футбол».**

1		15.00-16.30	2	Вводное занятие. Правила техники безопасности	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
2		15.00-16.10	1,5	Правила игры. Судейство	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3		15.00-16.30	2	Техника игры	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос

4		15.00-16.10	1,5	Видео просмотр	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5		15.00-16.30	2	Контрольные упражнения	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
6		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
7		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
8		15.00-16.10	1,5	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
9		15.00-16.30	2	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
10		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
11		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13		15.00-16.30	2	Техника игры	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
14		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
15		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков,

							наблюдение
16		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
17		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
18		15.00-16.10	1,5	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
19		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
20		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
21		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
<b>Модуль «Футбол 6x6, 7x7, 8x8»</b>							
1		15.00-16.30	2	Вводное занятие. Правила техники безопасности	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
2		15.00-16.10	1,5	Правила игры. Судейство	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
3		15.00-16.30	2	Техника игры	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
4		15.00-16.10	1,5	Видео просмотр	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
5		15.00-16.30	2	Контрольные упражнения	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
6		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль

							умений и навыков, наблюдение
7		15.00-16.30	2	Общая и физическая подготовка	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
8		15.00-16.10	1,5	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
9		15.00-16.30	2	Техника игры	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
10		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
11		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
12		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
13		15.00-16.30	2	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
14		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
15		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
16		15.00-16.10	1,5	Техника игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
17		15.00-16.30	2	Тактика игры	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение

18		15.00-16.10	1,5	Общая и физическая подготовка	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение
19		15.00-16.30	2	Правила игры. Судейство	Лекция	Спортзал	Беседа/ опрос
20		15.00-16.10	1,5	Контрольные упражнения	Тренировка	Спортзал	Текущий контроль умений и навыков, наблюдение