
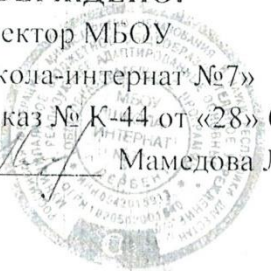


Республика Дагестан
Администрация городского округа «город Дербент»
Муниципальное казенное учреждение
«ДЕРБЕНТСКОЕ ГОРОДСКОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение, реализующее
адаптированные основные общеобразовательные программы
«Школа-интернат №7»
368600, г. Дербент ул. Э. Пашабекова, 1 ; 8(928) 681-93-15 skoshi.v7@mail.ru

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ
«Школа-интернат №7»
Приказ № К-44 от «28» 08.23г.
 Мамедова Л.Н.



**Дополнительная общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Возраст обучающихся: 8-16 лет

составлена на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы (ФАООП) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями),

**ВАРИАНТ I, согласно требованиям ФГОС
на 2023-2024 учебный год**

(с изменениями и дополнениями, в соответствии с Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой обучающихся с умственной отсталостью

(интеллектуальными нарушениями), утвержденной Приказом Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 года № 1026.)

Составитель :
Махмудов А.Р.

г. Дербент 2023

Содержание

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»	
1.1 Пояснительная записка	2
1.2 Цель и задачи программы... ..	4
1.3 Содержание программы.....	5
1.4 Планируемые результаты	7
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	
2.1 Календарный учебный график	9
2.2 Условия реализации программы	10
2.3 Оценочные материалы	12
2.4 Оценочные материалы	14
2.5 Методические материалы	16
Список литературы	18

Раздел № 1 Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (далее Программа) разработана в соответствии с нормативно-правовыми актами, регламентирующими разработку и реализацию дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта, распоряжением Правительства Новосибирской области от 31.10.2018 года № 404 – р «О реализации федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

Программа составлена для МБОУ «Школы – интерната» для детей с умственной отсталостью и при соблюдении изложенных в ней требований, обеспечивает последовательность и непрерывность многолетнего процесса обучения и тренировки юных футболистов в системе дополнительного образования детей.

Программа направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психологическое и нравственное оздоровление.

Программа *стартового уровня* реализуется как первая ступень - переход к базовой общеразвивающей программе «Футбол», что предполагает преемственность между уровнями сложности освоения, разноуровневый подход к освоению содержания образования в соответствии с возможностями, способностями, потребностями и интересами обучающихся, в том числе постепенное, планомерное и эффективное физическое развитие в соответствии с их возрастными особенностями и уровнем физической подготовленности и позволяет выстроить последовательную систему непрерывного дополнительного образования - от самых простых его форм до углубленных (продвинутых).

По степени авторства – программа является *модифицированной* т.к. при её разработке использовались материалы программ «Футбол» разработанной коллективом авторов В.П. Губа, П.В. Квашук, В.В. Краснощёков, П.Ф. Ежов,

В.А. Блинов.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе не обеспечивает необходимого уровня физического развития и подготовленности обучающихся. Этот факт требует увеличения их двигательной активности, а также расширения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы дополнительного образования, цель которой – заложить фундамент крепкого здоровья молодого поколения нашей страны, в соответствии с государственными национальными проектами и задачами.

Актуальность создания данной программы обусловлена ещё и тем, что на территории нашего района проводятся много соревнований по футболу среди разных возрастных групп населения, в которых дети, иногда совместно с родителями с удовольствием принимают участия, демонстрируя свои знания, умения и навыки, полученные в результате освоения данной программы. В связи с этим возникает необходимость в обучении детей футболу и воспитанию в них с раннего детства потребности к ЗОЖ.

Направленность программы физкультурно-спортивная и направлена на физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение ими начальных знаний о физической культуре, спорте и футбольной игровой практике. В программе предусматривается освоение не только объёма знаний, двигательных умений и навыков, но и развитие мышления обучающихся на основе формирования умственных действий посредством анализа, синтеза, оценки обстановки, принятия решений из данных наблюдений за действиями противников, а также оценки своих возможностей, то есть тактики игры.

Педагогическая целесообразность обуславливается:

- доступностью футбола для любого возраста;
- возможностью использования футбола для разностороннего физического развития и укрепления здоровья, воспитания моральных и волевых качеств и, в тоже время, использования их как полезного и эмоционального вида активного отдыха при организации досуга;
- высоким зрелищным эффектом игрового состязания;
- командные игровые виды спорта позволяют решить проблему занятости у детей свободного времени, пробуждение интереса к футболу.

Программа призвана способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному

самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям.

Отличительной особенностью данной программы является организация учебно-тренировочного процесса в условиях разновозрастной группы, дифференцированное распределение физических нагрузок и требований с учетом возрастных особенностей всех обучающихся. Включение в каждое занятие подвижных игр и игровых моментов, соревновательных и игровых упражнений, формирование командной сплоченности и слаженности в действиях (что повышает эмоциональный уровень занятий, позволяет избежать физического и психологического переутомления).

В результате освоения программного материала у обучающихся формируется культура отношения к своему здоровью, происходит качественное изменение личности: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру

Характеристика детей, участвующих в реализации данной образовательной программы:

Младший школьный возраст - наиболее активный период в формировании двигательных координации ребёнка. В этот период закладываются основы культуры движений, успешно осваиваются ранее неизвестные упражнения, приобретаются новые двигательные навыки. Однако, при дозировании физических нагрузок младшего школьника необходимо проявлять определённую осторожность: у ребёнка этого возраста, с одной стороны, ещё не завершился процесс формирования двигательного аппарата, а с другой - круто изменился общий режим и ритм жизни в связи с началом учёбы в школе. Поэтому следует ограничивать применение силовых

упражнений тренировочных нагрузок на выносливость, строго контролировать длительность занятий. В младшем школьном возрасте необходимо воспитывать у ребёнка стремление к расширению своих физических возможностей за счёт овладения им техникой физических и некоторых спортивных упражнений.

В данном возрасте ребёнок проявляет интерес к игровым формам деятельности, у него развито воображение, выражено стремление к самостоятельности. Игра, с ненавязчивой учебной деятельностью в этом возрасте стимулирует, прежде всего, развитие психических процессов непосредственного познания окружающего мира – ощущений и восприятий.

Максимальное освоение программы достигается через игру, что делает процесс захватывающим для каждого ребенка. Одной из особенностей данного возраста является быстрая утомляемость ребенка, неустойчивость внимания, быстрая отвлекаемость. Поэтому в течение каждого занятия виды деятельности меняются, переходя от подвижной игры к обсуждению игровых моментов, от изучения теоретических основ к ритмической зарядке. Благоприятно воздействует на детей в данном возрасте и смена обстановки.

Особенности организации тренировки на первом этапе носит в основном игровой характер, и строиться по типу общей подготовки (формировать значительный объем двигательных действий). Использовать бег, прыжки, акробатику, подвижные и спортивные игры. На это отводиться в тренировке до 60% времени, а 40% - на занятия с мячом для ознакомления с техническими приемами, 20% времени занятий, отведенных на общую физическую подготовку, посвящено скоростно-силовым упражнениям и 40 % – общеразвивающим упражнениям, играм и игровым упражнениям.

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

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения, 36 недель учебных занятий непосредственно в условиях спортивной школы. Включает в себя 70 учебных часа (2 резервных). Занятия проводятся один раз в неделю по два часа.

Форма обучения – очная.

Режим занятий – 1 раз в неделю по 2 часа (академический час – 40 минут).

Особенности организации образовательного процесса

Спортивно-оздоровительные группы сформированы из учащихся одного возраста. Комплектование групп осуществляется на добровольной основе, исходя из интересов и потребностей детей и их родителей. Количество детей в группе 20 человек.

Обучающиеся для зачисления должны иметь медицинскую справку о допуске к занятиям спортом.

1.2 Цель и задачи программы

Целью программы является создание условий для развития физических качеств и способностей, укрепления здоровья и формирования у воспитанников потребности в здоровом образе жизни и интересе к игровым видам спорта, футболу.

Задачи:

Личностные

- Воспитать ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей;
- Воспитать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- Воспитать индивидуальные психологические черты и особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно-игровой деятельности;
- Воспитать положительное отношение к занятиям физической культурой и желанию продолжить своё физическое совершенство в дальнейшем.

Метапредметные

- Развивать двигательную активность за счет направленного воспитания основных физических качеств и физических способностей;
- Развивать позитивное отношение к занятиям физической культурой, спортивным играм.
- Развитие мотивации к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п.;

Предметные

- Освоить знания о физической культуре и спорте, роли и формировании здорового образа жизни;
- Обучить умению использовать различные системы и виды физических упражнений в самостоятельных занятиях физической культурой.
- Обучить навыкам выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых

видов спорта, а также применять их в игровой и соревновательной деятельности по футболу.

1.3 Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы физическая культура в системе воспитания		1		Устный зачёт
2	Развитие футбола в России и за рубежом		1	1	Устный зачёт
3	Гигиенические требования и навыки закаливания. Режим питания спортсмена		2	2	Тестирование
4	Правила игры. Организация и разбор проведенных игр, места занятий, инвентарь и оборудование		4	6	Соревнование внутреннего уровня
5	Общая физическая подготовка		1	8	Сдача контрольных нормативов
6	Специальная физическая подготовка		2	8	Выполнение удара мяча на расстояние
7	Техническая подготовка		1	8	Эстафеты
8	Тактическая подготовка		1	8	Контрольные тесты
9	Учебные и тренировочные игры		1	6	Спортивные игры
10	Соревновательная игровая практика		1	8	Протоколы соревнований
Итого:		70	15	55	

Содержание учебного плана

Тема: Вводное занятие. История развития футбола в России и за рубежом.

Теория: Инструкция по ТБ, особенности травматизма в футболе. История развития футбола в России и за рубежом. Профилактика травматизма: требования к местам проведения занятий, инвентарю, одежде, обуви. Безопасность при организации и проведении тренировки. Меры обеспечения безопасности во время соревнований.

Краткие исторические сведения о возникновении. Зарождение футбола в Европе, его основатели. Отличие футбола от футбола. Первые шаги футбола. Развитие футбола среди школьников. Соревнования по футболу.

Тема: Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма.

Теория: Общие понятия о гигиене. Личная и общественная гигиена.

Гигиенические основы режима учебы, отдыха, занятий спортом. Значение режима дня для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви футболиста. Зависимость появления травматизма от неправильного отношения к гигиеническим требованиям. Предупреждение травм при занятиях футболом.

Тема: Правила игры в футбол

Теория: Разбор правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Выбор места судьей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Значение спортивных соревнований. Разбор и изучение правил игры. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия

Тема: Разбор учебно-тренировочных игр и соревнований

Теория: Разбор положительных моментов в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Тема: Общая физическая подготовка

Теория: Общая подготовка направлена на совершенствование деятельности определенных органов и систем организма человека, повышение их функциональных возможностей. Общая подготовка имеет направленность на создание своеобразных резервов организма для их использования в необходимых случаях. Основной задачей занятий по общей физической подготовке является укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие обучающихся.

Практика: Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Команды предварительные и исполнительные. Построение, расчет. Повороты на месте и в движении. Ходьба в строю. Размыкания, смыкания строя, перестроение. Обозначение шага на месте, переход на ходьбу, бег и с бега на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах.

Для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, движения рывками. Упражнения без предметов и с предметами (набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, булавами). Упражнения, выполняемые в различных положениях: стоя, сидя, лежа, на месте и в движении, в прыжке, самостоятельно и с партнером.

Для шеи и туловища: наклоны, повороты и вращения головы в разных направлениях. Наклоны, повороты и вращения туловища, вращение таза. Поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; разнообразные сочетания этих упражнений; упражнения, способствующие формированию правильной осанки.

Для ног: поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, голеностопном и коленном суставах; приседания, отведения и приведения; махи ног в различных направлениях. Выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног (на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.).

Сгибание и разгибание ног в висах и упорах. Прыжки, многоскоки, ходьба в полном приседе и полуприседе.

Упражнения для воспитания ловкости. Движения руками и ногами в различных исходных положениях. Опорные и безопорные прыжки с мостика, с трамплина без поворота и с поворотом. Прыжки в высоту, прыжки в длину с поворотами, боком, спиной вперед. Акробатические упражнения, перекувырки вперед, назад, в сторону, в группировке, прогнувшись с опорой и без опоры, кувырки вперед, назад и в стороны, одиночные и сериями в различных сочетаниях (с места и с ходу, с прыжка через низкое препятствие, через партнера); стойка на лопатках, то же согнувшись, стойка на руках и голове; стойка на руках. Лазанье по канату и шесту, размахивание в висе. Висы простые и смешанные, согнувшись, прогнувшись, переворот в упор.

Упражнения на равновесие (на уменьшенной опоре, с исключением зрения). Прыжки на батуте с изменением положения тела в фазе полета, повороты. Обучение элементам самостраховки при применении элементов борьбы. Соскоки с поворотами с брусьев, с перекладины, с бревна. Упражнения в свободном беге, с внезапными остановками, возобновлением и изменением направления движения. Преодоление полосы препятствий, бег по сложной пересеченной местности. Жонглирование теннисными мячами, метание мячей в цель (неподвижную и движущуюся), с места, в движении, в исходных положениях: стоя, сидя, лежа, в прыжке. Упражнения со скакалкой. Игры и эстафеты с элементами акробатики. Езда на велосипеде по пересеченной местности. Катание на лыжах с гор, прыжки с небольших трамплинов, бег по пересеченной местности. Эстафеты на льду с предметами и без предметов. Прыжки на коньках через препятствия. Падения и подъемы на льду. Ходьба и бег на носках и пятках, лезвий коньков. Выбивание шайбы у партнера в падении. Игра клюшкой лежа и на коньках. Эстафеты и игры с обводкой стоек, с противодействующими партнерами, с уклонением от применения силовых приемов. Резкая смена направления бега на коньках.

Упражнения для воспитания быстроты. Повторное пробегание коротких отрезков от 5 до 40 м из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по звуковому, зрительному и тактильному сигналам. Ускорения. Эстафеты и игры с применением беговых упражнений. Ловля и быстрая передача мяча.

Упражнения с мячами (футбольными, баскетбольными, теннисными) у стенки, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в максимально быстром темпе. Игры и игровые упражнения, построенные на опережении действий партнёра (овладение мячом, предугадывание маневра.), требующие мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы. Челночный бег 3x10 м на время. Упражнения на расслабление определенных групп мышц.

Упражнения для воспитания силы. Элементы вольной борьбы. Подвижные и спортивные игры (по упрощенным правилам) с применением силовых приемов. Упражнения с набивными мячами (весом не более 2-3 кг) в положении стоя, сидя, лежа. Переноска и перекатывание груза. Перетягивание каната. Бег по песку, по воде, в гору. Преодоление сопротивления партнера в статических и динамических режимах. Висы, подтягивания из висы, смешанные висы и упоры (на перекладине, кольцах, брусьях, гимнастической стенке). Упражнения с отягощением за счет собственного веса тела (приседания, отжимания и т.д.). Лазанье по канату, шесту с помощью и без помощи ног. Упражнения с эспандером. Метание мячей, гранат. Толкание камней на дальность.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту, в длину, тройной с места и с разбега. Многоскоки. Подвижные игры с использованием отягощений малого веса. Эстафеты простые и комбинированные с бегом, прыжками, метаниями и переноской грузов. Общеразвивающие упражнения (с малыми отягощениями), выполняемые в быстром темпе. Игры и эстафеты с переноской предметов и т.д.

Упражнения для воспитания выносливости. Равномерный бег, в том числе на коньках. Частота пульса во время работы 130-170 уд/мин. Переменный бег. Частота пульса 110-170 уд/мин. Серийный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха — 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений с интенсивностью 75-85% от максимальной (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха — 1-1,5 мин, число повторений — 3-5).

Тема: Техническая подготовка

Теория: Знакомство с множеством простых технических приемов и широким арсеналом двигательных навыков. Выбор технических средств конкретной игровой ситуации и игры.

Практика: Обучение и совершенствование игровых тактических комбинаций, как совместных действий футболистов, проводятся практически так же, как обучение и совершенствование действий отдельного игрока. Обучение технике передачи мяча «щекой, пяткой, подошвой, классическим видом, головой, с лета. Передача мяча правой, левой ногой. Скидка мяча головой. Развитие скоростно-силовых качеств. Техника передвижения.

Обучение и закрепление техники игры головой:

- Удар головой с лета
- Удар затылочной частью головы, стоя спиной к воротам
- Удар головой в падении
- Удар височной частью головы

Отработки ударов в парах индивидуальная работа, жонглирование.

Обучение технике ударов по воротам и передачи мяча:

- Удар мяча с места
- Удар по катящемуся мячу
- Удар с отскока
- Удар мяча способом «ПЫР»
- Удар мяча способом «ЩЕКОЙ»
- Удар мяча способом «ПОДЪЕМОМ»
- Удар мяча способом «ШВЕДА»
- Удар мяча в падении с отскоком от земли

Работа в парах в движении на месте. Удары левой, правой ногой. Удары с ходу. Развитие выносливости.

- Остановка мяча и его обработка мяча от передачи с лета:
- Остановка мяча подошвой
- Остановка мяча щекой
- Остановка мяча с откидкой мяча под удар
- Остановка способом «ПЕРЕКАТ»

-Остановка мяча грудью

-Прием мяча на ногу на грудь. Скидка головой на ногу. Развитие быстроты.

Тема: Тактическая подготовка

Теория: Тактическое мастерство футболистов заключается в умении находить в течение игры наиболее эффективные способы решения постоянно и неожиданно возникающих игровых ситуаций.

На начальном этапе обучения, когда футболисты только осваивают азы тактики, первостепенная задача тренера — научить их ориентироваться и взаимодействовать в парах и тройках. Для этого следует широко использовать не только игру в футбол, но и подвижные игры и другие спортивные игры и упражнения

Практика: Обучение тактическим действиям проводится в следующей последовательности и включает в себя:

Индивидуальные действия.

Игра в нападении: умение ориентироваться с мячом и без него. Выбор места для атакующих действий на определенном участке поля. Обучение игровым амплуа в команде. Умение выбрать тот или иной технический прием для эффективного решения технической задачи.

Игра в защите: выбор места для оборонительного действия. Опека игрока с мячом и без него. Перехват паса, отбор мяча. Целесообразный выбор того или иного технического приема для решения оборонительной задачи в данной игровой ситуации.

Командные взаимодействия.

Игра в нападении: передачи мяча в парах, тройках, на месте и в движении, без смены и со сменой мест. Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место: "отдай — откройся", "скрестный выход". Умение выполнять групповые взаимодействия в различных фазах развития атаки.

Игра в защите: умение подстраховать партнера, переключиться. Взаимодействия двух игроков против двух, трех нападающих. Умение правильно оценить создавшуюся игровую ситуацию и выбрать целесообразный способ противодействия атакующим соперникам.

Обучение технике в спортивных играх представляет собой довольно сложную проблему. Сложность заключается в том, что необходимо сформировать много специфических двигательных действий, которые в зависимости от игровой ситуации могли бы трансформироваться в целенаправленные игровые приемы (комплексы технических приемов).

Тема: Учебно-тренировочная игра

Практика: Группа обучающихся делится на 2-3 команды и проводится тренировочная игра для отработки и закрепления тактики и техники игры.

Тема: Выполнение контрольных нормативов

Практика: С целью определения уровня общей физической подготовленности обучающихся за основу контрольных нормативов по ОФП принимаются упражнения, отражающие уровень развития физических качеств.

1.4 Планируемые результаты

Обучающийся должен знать и понимать:

- Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;
- Способы закаливания организма;

Уметь:

- Выполнять базовые физические умения и навыки спортивной игры. Футбол, мини-футбол;
 - Осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и физической подготовленностью, за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;
 - Соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;
- Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:*
- Самоконтроль и саморегуляция. Проведения самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
 - Включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1 Календарный учебный график

Годовой учебный график для спортивно-оздоровительных групп составлен в соответствии с годовым учебным графиком муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Краснозерского района Новосибирской области «Детско-юношеской спортивной школы» и является документом, регламентирующим организацию образовательного процесса в учреждении.

Таблица 1

Начало учебного года	<ul style="list-style-type: none">✓ формирование учебных групп первого года обучения для зачисления в ДЮСШ с 01 сентября по 15 октября учебного года✓ для обучающихся второго и последующих лет обучения - 01 сентября уч. г.;
Продолжительность учебного года	Спортивно-оздоровительный этап обучения - 36 недель для учащихся, которые обучаются по учебному плану. Окончание учебного года - 31 мая
Продолжительность учебной недели	Четырехдневная рабочая неделя.
Режим работы учебных занятий	Учебные занятия проводятся с 14.50 до 16.15 часов с понедельника по четверг
Длительность учебно-тренировочного занятия	Продолжительность занятий исчисляется в академических часах по 40 минут.
Основные формы образовательного процесса	<ul style="list-style-type: none">✓ Групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия;✓ Тестирование и медицинский контроль;✓ Участие в соревнованиях, матчевых встречах, турнирах, учебно-тренировочных сборах;✓ Летние спортивно-оздоровительные лагеря и другие

	формы отдыха, оздоровления и занятость в каникулярное время; ✓ Семинары, зачёты, контрольные старты и другие методы современных средств обучения.
Периодичность контрольно-переводных испытаний	✓ начальные-сентябрь; октябрь ✓ заключительные-апрель/май.
Продолжительность летнего оздоровительного периода	с 01 июня по 31 августа

Изменения в расписании допускаются по производственной необходимости (больничный лист, курсовая подготовка, участие в семинарах и мероприятиях и т.д.) и в случаях объявления карантина, приостановления образовательного процесса в связи с понижением температуры наружного воздуха по приказу директора.

2.2 Условия реализации программы

Занятия по образовательной программе проводятся непосредственно на материально-технической базе МБОУ «Школа-интернат №7», в которую входит:

- Спортивный зал

Для занятий футболом имеется спортивный инвентарь и оборудование, отвечающий возрасту и физическому развитию обучающихся.

Материально-техническое обеспечение

Перечень спортивного инвентаря и оборудования

Наименование спортивного инвентаря и оборудования	Количество
Гимнастическая скамейка	6
Гимнастическая стенка	12
Ворота футбольные	2
Свисток	4
Мат гимнастический	7
Мяч футбольный	4
Секундомер	4
Канат	2
Мяч волейбольный	30
Корзина для мячей	2
Фишки (конусы)	8
Скакалка	20
Гантели	20
Набивной мяч	10

Весы электронные медицинские	1

Перечень технических средств обучения

Наименование технических средств обучения	Количество
Видеокамера	1
Компьютер	1
Акустическая система	1

Перечень учебно-методических материалов

Наименование учебно-методических материалов	Количество
Первые шаги в футболе. Методическое пособие. В.В.Варюшин, Р.Ю. Лопачев.	1
Массовый футбол. Организационнометодическое пособие. Российский футбольный союз. М., 2015г.	1
Футбол: Учебник для институтов физической культуры. Под ред. Полишкиса М.С., Выжгина В.А. - М.: Физкультура, образование и наука, 1999.	1
"Воспитание спортсменов в учебнотренировочном процессе" (Методическое пособие для слушателей высшей школы тренеров). Высшая школа тренеров. А.П. Кочетков. Москва-1997	1
Интегральная подготовка футболистов: учебное пособие / В. П. Губа, А. В. Лексаков, А. В. Антипов. – Советский спорт, 2010.	1
Начальное обучение мини-футболу. Специализированные тренировочные программы : методические указания для специализации «Футбол» / сост.: Д. С. Николаев, В. А. Шальнов. – Ульяновск: УЛГТУ, 2008.	1
ФУТБОЛ Учебное электронное текстовое издание Подготовлено кафедрой игровых видов спорта. С.Е. Банников, Р.И. Минязев А.Г. Босоногов, Н.А. Стаин. Научный редактор: доц., канд. пед. наук О.Л. Жукова. Учебно-методическое пособие	1
Методические материалы, возрастные особенности игроков. Работа с детьми в возрасте от 6 до 10 лет.	1
Кузнецов А.А., Футбол. Настольная книга детского тренера. I этап (8-10 лет). М.: Олимпия, Человек, 2007.	1
Кузнецов А.А., Футбол. Настольная книга детского тренера. II этап (11-12 лет). М.: Олимпия, Человек, 2008	1
Кузнецов А.А., Футбол. Настольная книга детского тренера. III этап (13-15 лет). М.: Олимпия, Человек, 2008.	1
Кузнецов А.А., Футбол. Настольная книга детского тренера. IV этап (16-17 лет). М.: Олимпия, Человек, 2008.	1

Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения. А.В. Петухов	1
"Физическая подготовка футболистов" М.А.Годик/	1
Министерство спорта РФ	www.minsport.gov.ru
Министерство образования и науки РФ	http://минобрнауки.рф/
Российская федерация футбола	https://rfs.ru/

Кадровое обеспечение

Должность по штатному расписанию	Кол-во чел.	Уровень образования	Квалификация
Тренер-преподаватель	1	Высшая	Без категории

Кроме этого имеется дидактико-методическое обеспечение:

- Методические пособия по футболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок.
- Правила соревнований.
- Инструкции по технике безопасности.
- Разработанные и утверждённые тесты, и нормативы по контролю ОФП и ТП.

Формы аттестации

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе педагога дополнительного образования. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовке, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала.

Контроль тренировочной деятельности ведется на основе оценки тренировочной нагрузки.

Эффективность контроля нагрузок влияет на качество управления учебно-тренировочной деятельности.

Управление учебно-тренировочной деятельности охватывает три стадии:

- сбор информации;
- анализ накопленной информации;
- планирование учебно-тренировочной деятельности.

На каждом этапе подготовки в рамках годового цикла периодически необходимо:

- собирать и анализировать информацию о физическом состоянии и технико-тактическом мастерстве каждого обучающегося, психологическом состоянии, о тренировочных нагрузках и т. п.;
- опоставлять информацию о применяемых тренировочных нагрузках с результатами, показанными обучающимися в соревновательной деятельности и тестировании.

В процессе такого сопоставления определяется, какая тренировочная нагрузка оказала наибольшее влияние на совершенствование того или иного физического качества обучающегося, достаточным ли оказался объем того или иного вида нагрузки, насколько оптимально соотношение объема и направленности разных видов нагрузки и т.п.

Точность ответа на поставленные вопросы будет зависеть от классификации и способов измерения тренировочных нагрузок, применяемых в образовательной деятельности обучающихся.

Если выбраны не информативные характеристики, объективно оценить тренировочную нагрузку не удастся. В этом случае нельзя эффективно управлять учебно-тренировочной деятельностью.

Оценка двигательных умений и навыков будет объективной при соблюдении следующих правил:

- ✓ проверяются и оцениваются результаты усвоения материала на тренировочных занятиях.
- ✓ объем проверяемых знаний, умений и навыков определяется в полном содержании учебной программы для данного года обучения.
- ✓ выявление уровня освоения обучающимся, упражнений по общефизической, специальной физической и технической подготовкам.

Основными критериями оценки работы обучающихся являются качество и скорость овладения технико-тактическими элементами игры в футбол, уровень развития физических способностей, желание и уровень мотивации к тренировочным занятиям, дисциплина и поведение на тренировках, а также умение применять приобретенные умения и навыки в соревновательных условиях.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитический материал, грамоты и дипломы, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, портфолио, протоколы соревнований, свидетельство (сертификат), статья и др.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: сдача контрольных нормативов, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, соревнования, фестивали и др.

Система оценки результатов освоения программы включает в себя осуществление:

Текущий контроль успеваемости – форма педагогического контроля спортивной формы обучающихся, выполнения ими учебных программ по видам спорта в период обучения.

Промежуточная аттестация – форма педагогического контроля динамики спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений обучающихся.

Итоговая диагностика - включает в себя оценку теоретических знаний обучающегося, завершившего обучение по Программе.

Формы текущей аттестации:

- Осеннее и весеннее тестирование обучающихся по учебным нормативам. Учебные нормативы отражают три качественных уровня (показатели общей физической, специальной физической и технической подготовленности).
- Участие в соревнованиях (внутришкольных, городских, республиканских).
- Личностные достижения обучающихся на текущих занятиях, контрольных стартах, товарищеских играх и других формах обучения.
- Выполнение классификационных норм для присвоения юношеских спортивных разрядов в виде спорта.

Основной контроль промежуточной аттестации осуществляется:

- ✓ два раза в год: в начале учебного года и в конце соревновательного сезона (согласно графику, утвержденному директором учреждения), при сдаче контрольно-переводных нормативов по ОФП.

2.3 Оценочные материалы

Таблица 2

Показатели качества реализации ДООП	Методики
Выполнение контрольных нормативов	<ul style="list-style-type: none">с целью определения уровня физической подготовленности учащихся за основу контрольных нормативов по ОФП принимаются упражнения, отражающие уровень развития физических качеств. Контрольные упражнения выполняются в конце учебного года.
Участие в соревнованиях, матчевых встречах	<ul style="list-style-type: none">не менее 2 раз за учебный год, различного уровня

Работа обучающихся, оценивается по результатам освоения программы (высокий, средний и низкий уровни). По предъявлению знаний, умений, навыков.

Высокий уровень освоения программы

Обучающийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной деятельности, которая является содержанием программы; показывает широкие возможности практического применения в собственной деятельности приобретённых знаний умений и навыков.

Достаточный уровень освоения программы

Обучающийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной деятельности, которая является содержанием программы; может применять на практике в собственной деятельности приобретённые знания умения и навыки.

Низкий уровень освоения программы

Обучающийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной деятельности, которая является содержанием программы; не стремится

самостоятельно применять на практике в своей деятельности приобретённые знания умения и навыки.

Шкала оценки уровня физической подготовленности обучающихся по программе представлена в Приложении 2

2.5 Методические материалы

Раздел	Форма занятия	Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса	Форма подведения итогов
Теоретическая подготовка.	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Рассказ, просмотр аудио и видео мат. Наблюдение за соревнованиями.	Опрос уч-ся, тестирование.
Общезначительная физическая подготовка.	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, повторный, попеременный, игровой, дифференцированный методы.	Упражнения. Мониторинг.
Специальная физическая подготовка.	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Фронтальный, круговой, повторный, попеременный, дифференцированный, игровой методы.	Упражнения. Мониторинг.
Техническая подготовка.	Объяснение, демонстрация технического действия, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований.	Повторный, дифференцированный, игровой и соревновательный методы. Идеомоторный метод. Метод расчленённого разучивания. Метод целостного упражнения. Метод подводящих упражнений.	Упражнения, мониторинг, соревнования, товарищеские встречи.
Тактическая подготовка.	Лекция, беседа, тренировка показ видео материала, экскурсии, участие в соревнованиях.	Групповой, повторный, игровой, соревновательный, просмотр видео материала. Посещение и последующее обсуждение соревнований.	Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях

Сдача Промежуточных и контрольно - переводных нормативов	Тестирование	Инструктаж. Повторение и закрепление ЗУН	Обсуждение результатов соревнований. Обработка тестов. Обработка контрольных результатов.
--	--------------	--	--

- *методы обучения* (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично - поисковый, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.) и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);
- *формы организации образовательного процесса*- индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая; выбор той или иной формы обосновывается с позиции профиля спортивной деятельности, категории обучающихся (дети-инвалиды, дети с ОВЗ) и др.;
- *формы организации учебного занятия* - акция, беседа, встреча с интересными людьми, защита проектов, игра, конференция, круглый стол, лекция, мастер-класс, «мозговой штурм», наблюдение, олимпиада, открытое занятие, поход, праздник, практическое (тренировочное) занятие, представление, презентация, семинар, соревнование, спектакль, тренинг, турнир, чемпионат, шоу, экскурсия, экзамен, эксперимент, эстафета;
- *педагогические технологии* - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология программированного обучения, технология модульного обучения, технология блочно- модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология развития критического мышления через чтение и письмо, технология портфолио, технология педагогической мастерской, технология образа и мысли, технология решения изобретательских задач, здоровьесберегающая технология и др.
- *алгоритм учебного занятия* – краткое описание структуры занятия и его этапов;

- *дидактические материалы* – раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения, образцы изделий и т.п.

Список литературы

1. Андреев, С.Н. Мини-футбол: метод. пособие / С.Н.Андреев, В.С. Левин,- Липецк: Арес, 2004.- 496 с.
2. Голомазов С.В. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» (Текст): Уч.-методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 128 с.
3. Голомазов С.В. Футбол. Универсальная техника атаки (Текст): Уч.-методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 80 с.
4. Полишкис, М.С. Методические аспекты подбора и классификации упражнений в мини-футболе: метод, рекомендации / М.С. Полишкис, С.П. Петько, А.С. Беляков.- М.: Пресс, 1997.- 47 с.
5. Рымко, А.В. Подбор специальных технико-тактических упражнений для подготовки мини-футбольных команд : метод. рекомендации / А.В. Рымко,- М.; Книга, 1995.- 24 с.
6. Тюленьков, С.Ю. Футбол в зале: система подготовки / С.Ю.Тюленьков, А.А.Федоров.- М.; Терра-Спорт, 2000.- 86 с.
7. Футбол: примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (Текст) / В.П. Губа, П.В. Квашук, В.В. Краснощеков, П.Ф. Ежов, В.А. Блинов. – М.: Советский спорт, 2010. – 128 с.
8. Швыков И.А. Подготовка вратарей в футбольной школе. – 2-е изд. – М.: Олимпия Пресс, ТВТ Дивизион, 2006. – 96 с.

Календарно-тематическое планирование

Дата	Тема	Теория	Практика
1-2	Вводное занятие. Инструктажи по технике безопасности. Основы физической культуры в системе воспитания.	1	1
3-4	Развитие футбола в России и за рубежом	1	1
5	Гигиенические требования к футболистам. Форма, обувь, атрибуты	1	
6	Навыки закаливания и оздоровления спортсмена в системе тренировочного процесса	1	
7-8	Режим питания спортсмена. Режим домашней тренировки. Режим сна и отдыха	1	1
9-10	Правила спортивных игр. Футбол	1	1
11-12	Правила спортивных игр. Футбол	1	1
13-15	Организация игровой деятельности. Разбор проведенных игры, рефлексия	1	2
16-18	Подготовка места занятий, инвентарь и оборудование для игровой практики.	1	2
19-20	ОФП. Ходьба в сочетании с бегом. Бег с изменением направления. Бег с изменением скорости	1	1
21	ОФП. Бег с приставными шагами – вправо, влево. Бег спиной вперед. Смена бега спиной вперед на бег лицом вперед и наоборот		1
22	ОФП. Бег с приставными шагами – вправо, влево. Бег спиной вперед. Смена бега спиной вперед на бег лицом вперед и наоборот		1
23	ОФП. Защитная стойка. Прыжки вверх, отталкиваясь одной и двумя ногами. Прыжки вперед, назад, в стороны, отталкиваясь одной и двумя ногами		1
24	ОФП. Защитная стойка. Прыжки вверх, отталкиваясь одной и двумя ногами. Прыжки вперед, назад, в стороны, отталкиваясь одной и двумя ногами		1
25	ОФП. Бег с подскоками. Бег с высоким подниманием бедра. Бег с захлестыванием.		1
26	ОФП. Бег с подскоками. Бег с высоким подниманием бедра. Бег с захлестыванием.		1
27	ОФП. Бег челночный. Перемещение с крестным шагом с переменной правой и левой ноги		1
28	СФП. Удар внутренней стороной стопы. Удар серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам. Удар внутренней частью подъема по неподвижным и катящимся мячам		1

29	СФП. Удар внутренней стороной стопы. Удар серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам. Удар внутренней частью подъема по неподвижным и катящимся мячам		1
30	СФП. Удар внешней частью подъема по неподвижным и катящимся мячам. Удар носком по неподвижным и катящимся мячам. Удар пяткой		1
31	СФП. Удар внешней частью подъема по неподвижным и катящимся мячам. Удар носком по неподвижным и катящимся мячам. Удар пяткой		1
32	СФП. Удар – откидка мяча подошвой. Резаный удар внутренней частью подъема. Резаный удар внешней частью подъема		1
33	СФП. Удар – откидка мяча подошвой. Резаный удар внутренней частью подъема. Резаный удар внешней частью подъема		1
34	СФП. Удары ногой различными способами на точность и силу после остановки, ведения рывков. Удары ногой различными способами		1
35	СФП. Удары ногой различными способами на точность и силу после остановки, ведения рывков. Удары ногой различными способами единоборствах при пассивном и активном сопротивлении		1
36	СФП. Прием (остановка) катящихся мячей внутренней стороной стопы. Прием (остановка) мячей, опускающихся в стороне от игрока, внешней стороной стопы. Прием (остановка) отскакивающих от площадки мячей голенью	1	
37	СФП. Прием (остановка) катящихся мячей внутренней стороной стопы. Прием (остановка) мячей, опускающихся в стороне от игрока, внешней стороной стопы. Прием (остановка) отскакивающих от площадки мячей голенью	1	
38	Техническая подготовка. Ведение мяча различными способами с изменением скорости. Ведение мяча различными способами зигзагообразно, меняя бьющую ногу. Обманные движения без мяча.	1	
39	Техническая подготовка. Ведение мяча различными способами с изменением скорости. Ведение мяча различными способами зигзагообразно, меняя бьющую ногу. Обманные движения без мяча.	1	
40	Техническая подготовка. Финт «Проброс мяча мимо соперника». Финт «Остановка мяча подошвой». Сочетание нескольких финтов	1	
41	Техническая подготовка. Финт «Проброс мяча мимо соперника». Финт «Остановка мяча подошвой». Сочетание нескольких финтов	1	
42	Техническая подготовка. Выполнение изученных финтов в единоборстве при пассивном и активном сопротивлении	1	

43	Техническая подготовка. Выполнение изученных финтов в единоборстве при пассивном и активном сопротивлении	1	
44	Техническая подготовка. Отбор мяча накладыванием стопы, выбиванием, перехватом. Комплексное выполнение (сочетание) изученных технических приемов с мячом	1	
45	Техническая подготовка. Отбор мяча накладыванием стопы, выбиванием, перехватом. Комплексное выполнение (сочетание) изученных технических приемов с мячом	1	
46	Техническая подготовка. Техника вратаря. Ловля мяча. Вбрасывание мяча рукой из-за плеча с места. Технические приемы полевых игроков	1	
47	Техническая подготовка. Техника вратаря. Ловля мяча. Вбрасывание мяча рукой из-за плеча с места. Технические приемы полевых игроков	1	
48	Тактическая подготовка. Комбинация «Стенка». Комбинация при ведении мяча из-за боковой линии. Комбинация при участии вратаря	1	
49	Тактическая подготовка. Комбинация «Стенка». Комбинация при ведении мяча из-за боковой линии. Комбинация при участии вратаря	1	
50-51	Тактическая подготовка. Комбинация при розыгрыше штрафных и свободных ударов на чужой половине поля. Комбинация при розыгрыше угловых ударов. Комбинация при введении мяча в игру с центра игрового поля	1	1
52-53	Тактическая подготовка. Опека соперника без мяча. Опека соперника с мячом.	1	1
54-55	Тактическая подготовка. Разбор игроков команды соперников. Подстраховка. Персональная оборона	1	1
56	Тактическая подготовка. Игры в меньшинстве. Зонная оборона. Комбинированная оборона	1	
57	Тактическая подготовка. Игры в меньшинстве. Зонная оборона. Комбинированная оборона	1	
58-59	Тактика вратаря. Подстраховка партнеров по обороне. Установка «стенки» при розыгрышах соперниками штрафных и свободных (угловых) ударов	1	1
60-62	Учебные и тренировочные игры. Разновидности детских спортивных игр.	1	2
63-65	Учебные и тренировочные игры. Мини-футбол отработка командной игры.	1	2
66	Учебные и тренировочные игры. Футбол. Отработка командной игры, практики работы на большом поле.	1	
67-69	Соревновательная игровая практика. Показательный матч для родителей.	1	2
70	Соревновательная игровая практика. Игра в своей возрастной группе с соперником.	1	

