

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 314 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
ГБОУ СОШ №314  
Фрунзенского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от 30.08.2023

**УТВЕРЖДАЮ**

Приказ № 506 от 30.08.2023  
Директор ГБОУ СОШ №314  
Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_ И.В. Французова

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Азбука футбола»**

Возраст обучающихся: 7-9 лет

Срок реализации: 8 месяцев

Разработчик программы: Канчер Андрей Андреевич,  
педагог дополнительного образования

## **Пояснительная записка**

**Направленность** программы «Азбука футбола» физкультурно-спортивная.

### **Адресат программы.**

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 7-9 лет. В группы принимаются обучающиеся, имеющие желание заниматься данным видом спорта.

**Актуальность** программы и педагогическая целесообразность.

Сотни тысяч мальчишек нашего города ровняются на игроков «Зенита», которые из никому не известных мальчишек с Ленинградских окраин, смогли стать футбольными мастерами европейского масштаба, самодостаточными и популярными людьми, высокооплачиваемыми специалистами. Все это делает футбол социально значимым и чрезвычайно востребованным в настоящее время видом спорта. Нельзя забывать и о том, что футбол активно способствует развитию основных двигательных качеств человека: быстроты и точности движений, ловкости, силы и выносливости, развивает мышечную массу и мыслительные способности занимающихся.

В процессе занятий по этой программе у обучающихся этого возраста не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

**Уровень освоения** – общекультурный.

### **Объем и срок реализации программы**

Продолжительность реализации программы – 8 месяцев (период с октября по май месяц включительно, 29 часов). Занятия проводятся 4 раза в месяц, 1 занятие в неделю.

### **Отличительные особенности программы**

Детям, достигшим 7-9 летнего возраста, не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки, предоставляется возможность, приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе. Образовательная деятельность по программе стимулирует обучающихся к дальнейшему совершенствованию физической и интеллектуальной сферы. Программа так же предоставляет возможность детям, ранее занимающимся футболом в спортивных школах, и по каким-либо причинам, прекратившим занятия, но сохранившим интерес к предмету образовательной деятельности, продолжить обучение.

Программа способствует развитию мотивации ребёнка к познанию и спорту, созданию условий для физического развития личности ребенка.

В настоящее время футбол является наиболее массовой и наиболее популярной игрой среди жителей Санкт-Петербурга и Ленинградской области.

Программа создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

**Цель программы:** формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни средствами игры в футбол.

### **Задачи программы:**

*Обучающие:*

- познакомить с историей футбола и о его современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучить основным правилам игры в футбол;
- обучить навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- обучить технике передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- обучить ударам по мячу и остановкам мяча;
- обучить игре и комплексному развитию психомоторных способностей;
- обучить технике ведения мяча;

- обучить технике ударов по воротам;
- обучить тактике игры;
- познакомить с правилами соревнований.

***Развивающая:***

- укрепить здоровье,
- развить основные физические качества;
- развить выносливость;
- развить скоростные и скоростно-силовые способности;
- развить координационные способности.

***Воспитательная:***

- воспитать нравственные качества личности, научить соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитать чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитать качества по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

**Планируемые результаты:**

***Личностные***

- сформируют нравственные качества личности, научатся соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- сформируют чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- сформируют качества по отношению к окружающим;
- приобретут потребность в здоровом образе жизни.

***Метапредметные:***

- укрепит здоровье;
- разовьет основные физические качества;
- разовьет выносливости;
- разовьет скоростные и скоростно-силовые способности;
- разовьет координационные способности.

***Предметные:***

- узнает историю футбола и его современное развитие, роль в формировании здорового образа жизни;
- узнает основные правила игры в мини-футбол
- овладеет навыками и умениями в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладеет техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- овладеет ударами по мячу и остановок мяча;
- овладеет игрой;
- овладеет техникой ведения мяча;
- овладеет техникой ударов по воротам;
- овладеет тактикой игры;
- узнает правила соревнований.

**Язык реализации:** государственный язык РФ – русский.

**Форма обучения** очная,

**Особенности реализации**

Данная программа может быть реализована с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

**Условия набора и формирования групп**

Данная программа рассчитана на детей в возрасте 7-9 лет. Принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Набор детей осуществляется согласно договора и заявлению родителей, а также при наличии медицинской справки о состоянии здоровья.

Группа может формироваться как разновозрастной, так и разновозрастной. Количество детей в группе 15 человек.

## Формы организации и проведения занятий

### Формы организации деятельности детей на занятии

Основными формами обучения, являются групповые занятия, индивидуально-групповые, в малых группах.

**Формы проведения занятий:** занятие-тренировка, игра.

*Методы обучения:*

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

### Материально-техническое обеспечение программы

специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;

- мячи футбольные (12-15 шт);
- футбольные мини – ворота;
- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);
- мячи для метания ;
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;
- свисток.

## Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Основы знаний по футболу	1	0,5	0,5	беседа
2.	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	3	0,5	2,5	Наблюдение
3.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Техника ведения мяча	4	2	2	Беседа, наблюдение.
4.	Техника ударов по мячу и остановок мяча	6	1	5	Беседа, наблюдение.
5.	Тактика и техника игры	7	2	5	Беседа, наблюдение.
6.	Игры и соревнования, правила соревнований	7	1	6	Игра, соревнования
7.	Итоговое занятие	1		1	Итоговая игра
	Итого	29	7	22	

## Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	05.10.2023	31.05.2024	29	29	29	1 раз в неделю по 60 минут

### Рабочая программа на 2023-2024 учебный год

#### *Обучающие:*

- познакомить с историей футбола и о его современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучить основным правилам игры в футбол;
- обучить навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- обучить технике передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- обучить ударам по мячу и остановок мяча;
- обучить игре и комплексному развитию психомоторных способностей;
- обучить технике ведения мяча;
- обучить технике ударов по воротам;
- обучить тактике игры;
- познакомить с правилами соревнований.

#### *Развивающая:*

- укрепить здоровье,
- развить основные физические качества;
- развить выносливость;
- развить скоростные и скоростно-силовые способности;
- развить координационные способности.

#### *Воспитательная:*

- воспитать нравственные качества личности, научить соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитать чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитать качества по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

### Содержание программы.

Занятие составляет 60 минут и состоит из следующих частей:

1. Теория	5 мин.
2. Разминка	10-15 мин.
3. Основная учебная часть	10-20 мин.
4. Игровая часть	10-20 мин.
5. Восстановление	5-10 мин.
6. Разбор занятия и подведение итогов	5-10 мин.

#### **1. Вводное занятие. Техника безопасности. Основы знаний по футболу.**

Теория. Введение в образовательную программу, расписание, условия занятий. Цель и задачи на учебный год. Техника безопасности и культура поведения на занятиях. Правила использования спортивного инвентаря и оборудования, игровые правила, спортивная форма на занятиях, личная гигиена. Знакомство с историей развития футбола. Развитие футбола в России.

Практика. Техника безопасности. Стойки и перемещения бегом лицом и спиной вперед, приставными и с крестными шагами. Игра.

Контроль. Беседа. Наблюдение.

## **2. Общеразвивающие упражнения (ОРУ)**

*Теория.*

Техника безопасности. Различные виды ходьбы, бега, прыжков, падения, страховки при падениях, поворотов, кувырков.

*Практика.*

- Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Упражнения для развития быстроты, силы, выносливости, ловкости, прыгучести, гибкости.

- Строевой шаг, ходьба, повороты на месте и в движении, перестроения в круг, в две и в три шеренги.

- Упражнения в парах, тройках и группах: повороты, наклоны, сгибание и разгибание рук, ног, туловища, отведение назад и в сторону рук и ног, выпады вперед, приседания, прыжки, элементы противоборства в борцовской стойке.

- Равномерно-переменный бег на 30,60,100 метров.

- Повторно-интервальное пробегание (сериями) различных по длине отрезков (от 10 до 30 м.) с максимальной скоростью (8-12 отрезков в серии) с отдыхом до 30 сек.

- Бег на выносливость 200,400 метров.

- Прыжки в высоту и длину с места.

- Упражнения с набивными мячами (1 кг.): броски мяча вверх и ловля с поворотами и приседаниями, броски в парах и тройках из различных положений: стоя, сидя, лежа на спине и на животе, различными способами (сверху, снизу, от груди, из-за головы), эстафеты с различными способами передачи, бросания и толкания мяча, упражнения для мышц верхнего плечевого пояса, туловища, ног.

- Элементы акробатики, кувырки вперед, назад, в стороны, «рыбка», гимнастический мост из положения лежа на спине.

- Подвижные игры и эстафеты с мячом: бег, прыжки, метания; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий с переноской, расстановкой и собиранием предметов, метанием в цель, броском и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях.

- Упражнения на канате, гимнастической скамейке, шведской стенке.

- Спортивные игры: ручной мяч, баскетбол, хоккей (по упрощенным правилам).

- Ходьба на лыжах, бег на коньках, плавание.

Контроль. Наблюдение.

## **3. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Техника ведения мяча**

*Теория.*

Упражнения для развития координации движений, быстроты двигательной реакции, развития скоростной выносливости, скоростно-силовых качеств. Техника ведения мяча.

*Практика.*

- Пробегание коротких отрезков (10-30 м.) из разных исходных положений, с набивными или футбольными мячами, или без них, в различных направлениях, с изменением направления бега по звуковому или зрительному сигналу.

- Челночный бег с внезапными остановками и повторными рывками (туда и обратно) 2x10 м., 2x15 м.

- Бег боком и спиной вперед.

- Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу.

- Бег змейкой.

- Бег с поворотами на 180 градусов по звуковому или зрительному сигналу.

- Ускорения и рывки с мячом, рывки к мячу с последующим ударом по воротам.

- Подвижные игры: салочки, казаки-разбойники, рыбаки и рыбки, штандер-штандер, выбивало, вытолкни из круга, петушинные бои и т.п.

- Прыжки с поворотом на 90 и 180 градусов

- Прыжки с имитацией ударов по мячу ногой и головой.
- Доставание подвешенного мяча в прыжке с места и с разбега ногой или головой.
- Прыжки с места или с разбега с ударом головой или ногой по мячам, подвешенным на различной высоте.
- Жонглирование мячом.
- Преодоление полосы препятствий.
- упражнения в равновесии.
- Гимнастические упражнения на 8 счетов и более.
- Элементы акробатики: стойка на руках, свечка, колесо, переворот вперед с помощью партнера или тренера.
- Серия кувырков 2х3, чередуя кувырки вперед, назад и через плечо, с ударами по мячу.
- Ходьба по гимнастической скамейке.
- Упражнения с обручами и скакалками.

**Контроль.** Беседа. Наблюдение.

#### **4. Техника ударов по мячу и остановок мяча.**

*Теория.*

Удары ногой: внутренней и внешней стороной стопы, средней частью подъема, внутренней, внешней частью подъема, носком, удары с полуплета, резаные, через себя и др. Удары головой: средней, боковой частью лба, височной областью.

*Практика.*

- Остановки и приемы мяча ногой: внутренней и внешней частью стопы, внутренней, средней, внешней частью подъема, подошвой, на носок, остановки мяча голенью и бедром.
- Остановки мяча грудью с направлением движения мяча вниз, то же – вверх.
- Приемы мяча головой: лобной, височной, затылочной частями.
- Ведение мяча, ведение по прямой, из стороны в сторону, обвод препятствий, переброс препятствий.
- Ведение и удержание мяча стопой, подъемом, бедром, грудью, головой.
- Финты: ложные замахи, уход в сторону, проброс мяча в одну сторону с обеганием соперника с другой стороны, ложная остановка, увод игрока за собой.
- Откидки и переводы мяча: ногами, грудью, головой.
- Отбор мяча: ногами, туловищем, головой, на месте, во время шага, на бегу, выпадом, в подкате.
- Ввод мяча из-за боковой: ногой, руками.
- Жонглирование: подъемом, бедром, головой.
- Удержание мяча грудью, плечевой областью.

Техника игры вратаря: ловля летящего мяча сверху, снизу, ловля катящегося мяча. Отбивание мяча: одной рукой, двумя руками, ногами, туловищем, головой. Перевод мяча через верхнюю перекладину кулаками. Перевод мяча ногами в падении. Броски мяча одной или двумя руками на месте или с шагом. Выбивание мяча с руки, то же ногой с земли.

Индивидуальная работа над плохо усваиваемыми техническими элементами: повтор упражнений, разбор элементов, показ правильности выполнения тренером, совместное выполнение с успевающими товарищами по команде.

**Контроль.** Беседа. Наблюдение.

#### **5. Тактика и техника игры**

*Теория.*

Передачи, выбор места, игровые комбинации и упражнения, темп игры, игровые функции нападающего, полузащитника, защитника, вратаря, схемы общеконандной игры, перестроение и взаимозаменяемость игроков.

*Практика.*

- Упражнения в ведении мяча с остановками и изменением направления движения по звуковому или зрительному сигналу.
- Упражнения в передачах мяча в парах и тройках на месте и в движении.

- Игра в парах на малой площадке со взятием ворот, предусматривающая единоборство партнеров (обводку, отбор мяча), при попеременном участии в парах всех игроков команды.
- Упражнение 2 в 1 с задачей выбора места для получения мяча: открывание на мяч.
- То же с задачей зарыть игрока.
- Упражнения 2х1, 3х1, 4х1, 5х1 с задачей отобрать мяч.
- Игра 3х3 без вратарей и 4х4 с вратарями на малой площадке со взятием ворот.

**Контроль.** Беседа. Наблюдение.

### **5. Игры и соревнования, правила соревнований**

Теория.

Правила игр, история спорта, правила судейства.

Практика.

- Двусторонние тренировочные игры 4х4 между собой, со взятием ворот, в спортивном зале и на уменьшенной площадке.

- Двусторонние тренировочные игры 7х7 между собой на открытой площадке с искусственным покрытием.

- Товарищеские игры с командами других клубов, школ, футбольных секций 4х4 в зале, с неограниченным количеством прямых и обратных замен игроков.

- То же 7х7 на открытой площадке с покрытием, с ограниченным количеством замен.

- То же на большом поле по правилам футбола.

- Контрольные игры с более сильными командами, выступающими в Первенстве СПб.

- Участие в районных и городских турнирах по футболу и мини-футболу.

Контроль. Игра. Соревнование.

### **6. Итоговое занятие.**

Практика.

Контрольная игра.

Контроль. Игра.

### **Планируемые результаты:**

#### ***Личностные***

- сформируют нравственные качества личности, научиться соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;

- сформируют чувства товарищества, чувства личной ответственности;

- сформируют качества по отношению к окружающим;

- приобретут потребность в здоровом образе жизни.

#### ***Метапредметные:***

- укрепит здоровье;

- разовьет основные физические качества;

- разовьет выносливость;

- разовьет скоростные и скоростно-силовые способности;

- разовьет координационные способности.

#### ***Предметные:***

- узнает историю футбола и его современное развитие, роль в формировании здорового образа жизни;

- узнает основные правила игры в мини-футбол;

- овладеет навыками и умениями в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- овладеет техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;

- овладеет ударами по мячу и остановок мяча;

- овладеет игрой;

- овладеет техникой ведения мяча;

- овладеет техникой ударов по воротам;

- овладеет тактикой игры;

- узнает правила соревнований.



Закончив обучение по данной программе, обучающиеся начнут понимать пользу здорового образа жизни и применять принципы здорового и активного образа жизни в своей практике. У детей укрепится здоровье; будут лучше развиты двигательные навыки, координация движений, ловкость, быстрота реакции, выносливость.

Обучающиеся будут проявлять интерес к футболу как виду спорта. Обучающимся будут привиты такие морально-волевые качества, необходимые спортсмену, как воля к победе, умение играть в команде, стремление к достижению спортивных результатов и целеустремленность.

#### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Дата	
		всего	теория	практика	По	По
					плану	факту
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятие и соревнования. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	0,5	0,5		
2	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	1	0,5	0,5		
3	ОРУ. Техника нападений. Игра.	1		1,0		
4	ПТБ Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений.	1	0,5	0,5		
5	ПТБ. ОРУ техника нападений, Техника ведения мяча.	1	0,5	0,5		
6	ПТБ. ОРУ техника нападений, Техника ведения мяча.	1	0,5	0,5		
7	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра.	1		1,0		
8	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защиты, игра.	1	0,5	0,5		
9	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, передача мяча, техника защиты, игра.	1		1,0		
10	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, передача мяча, техника защиты, игра.	1		1,0		
11	ПТБ. Бег. ОРУ техника защиты, удары по мячу и остановка мяча.	1	0,5	0,5		
12	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание.	1		1,0		
13	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, техника передвижений, поворотов, остановок.	1	0,5	0,5		
14	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, эстафеты, игра.	1		1,0		

15	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, игра.	1		1,0		
16	ПТБ. Бег. ОРУ техника ударов по мячу и остановка мяча.	1	0,5	0,5		
17	ПТБ. Бег. ОРУ удары по мячу в ворота, игра.	1		1,0		
18	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват).	1	0,5	0,5		
19	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра.	1		1,0		
20	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника), игра.	1		1,0		
21	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты).	1	0,5	0,5		
22	ПТБ. ОРУ контрольная игра.	1		1,0		
23	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	1	0,5	0,5		
24	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, развитие координационных способностей. Игра.	1	0,5	0,5		
25	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра.	1		1,0		
26	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра.	1		1,0		
27	ПТБ. на занятиях, контрольная игра.	1		1,0		
28	ПТБ. Бег. ОРУ закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей.	1	0,5	0,5		
29	Итоговое занятие.	1		1,0		
	Итого	29	7	22		

### Методические и оценочные материалы

#### Методические материалы

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Этап обучения и возраст детей, 7-8 лет, характеризуется тем, что занимающиеся совершают движения без сознательного регулирования и управления собой, не могут длительно выполнять однообразные упражнения, часто отвлекаются. Поэтому к ним наиболее эффективно применяются игровые методы тренировок, помимо футбола активно проводятся подвижные игры по упрощенным правилам, неоднократно повторяются группы упражнений постоянно чередуя их местами, чаще обсуждается с занимающимися ход игр.

По окончании учебного года и результатам аттестации обучающиеся переходят на следующий этап обучения, либо остаются на повторное обучение.

Закончив обучение по данной программе, обучающиеся начнут понимать пользу здорового образа жизни и применять принципы здорового и активного образа жизни в своей практике. У детей укрепится здоровье; будут лучше развиты двигательные навыки, координация движений, ловкость, быстрота реакции, выносливость.

Обучающиеся будут проявлять интерес к футболу как виду спорта. Обучающимся будут привиты такие морально-волевые качества, необходимые спортсмену, как воля к победе, умение играть в команде, стремление к достижению спортивных результатов и целеустремленность.

### **Литература**

#### **Для педагога**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон 273) (ст.12; 1,2,3,9 ст.13; п.1,5,6 ст.14; ст.15; ст.16; ст.33, ст.75).

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам».

3. СанПиН 1.2.685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2).

4. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28).

5. Вихров К.Л. «Футбол в школе» Киев. Радянська школа, 2013.

6. Козловский В.И «Юный футболист» Состав.. ФиС, М., 2017

7. Кук Малькольм « 101 упражнение для юных футболистов» Астрель АСТ, М., 2015.

8. Рогальский Н-Дегель Э.-Г. «Футбол для юношей» ФиС М., 2018

9. Штуденер Х.Зольф В. «Тренировка футболистов» ФиС, М., 2012

10. «Правила игры в футбол » Сборник. Астрель АСТ, М., 2015

Для обучающихся:

1. Дангворд Ричард, Миллер Дж. Футбол для начинающих.. Астрель» 2015

2. Кук Малькольм. Сто одно упражнение для юных футболистов., А.С.Т. Астрель. М. 2015г.

### Оценочные материалы

В процессе обучения по образовательной программе в качестве методов контроля используются:

- рост уровня дисциплины,
- рост навыков коллективного взаимодействия и самоорганизации, - стремление к дальнейшему самосовершенствованию.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится аттестация:

- *Входная.* Определяет стартовый уровень умений и спортивной подготовки обучающихся, ранее не занимавшихся по образовательной Программе.

Входная аттестация проводится в октябре и включает в себя изучение уровня общей физической подготовки, направленное на определение стартового уровня общей физической подготовленности детей.

- *Текущая* (в течение всего учебного года). В текущей аттестации происходит наблюдение за обучающимися на занятии.

- *Промежуточная.* Она проводится в декабре и апреле (открытые занятия). В промежуточную аттестацию добавлены испытания.

**Критерием формы оценки качества знаний** является метод наблюдения в результате, которого выносятся оценочные суждения по овладению обучающимся игровыми действиями ( **Формой контроля** освоения игровых действий являются внутригрупповые игры соревнования, товарищеские встречи.

### Контрольные нормативы

Контрольные упражнения по ОФП	6 лет	7 лет	8 лет
Бег 30м. (сек.)	5.8	5.7	5.3
челночный бег 3x10	10.8	10.5	10.0
6-минутный бег (м.)	-	-	-
Прыжок в длину с места (см.)	140	150	160
<b>Контрольные упражнения для полевых игроков:</b>			
бег 30м с ведением мяча (сек.)	8.0	7.5	6.4

удар по мячу на дальность (сумма ударов правой и левой ногой) м.	-	-	-
удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	-	-	6
жонглирование мячом (количество раз)			8
<b>для вратарей:</b>			
удары по мячу на дальность и точность(м).	-	-	-
доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см.)	-	-	-
Удар мяча рукой на дальность и точность			12
Вбрасывание мяча на дальность			9