

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Техникум «Автосервис» (Многофункциональный центр прикладных квалификаций)»

РАССМОТРЕНА И ПРИНЯТА

на заседании Педагогического Совета Санкт-Петербургского государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Техникум «Автосервис» (Многофункциональный центр прикладных квалификаций)»
Протокол №13 от «29»августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 102-ОДО
от 30 августа 2024 г.
Директор СПб ГБПОУ «Техникум «Автосервис» (МЦПК)»

С.М.Дьяков



Дополнительная общеразвивающая программа

Школа футбола

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 15-21 лет

Разработчик:

Голубев Игорь Алексеевич
педагог дополнительного образования

Содержание программы

№ п/п	Наименование	№ страницы
1	Пояснительная записка	2
1.1.	Основные характеристики	3
	Направленность	3
	Адресат	4
	Актуальность реализации	4
	Уровень освоения	5
	Объем и срок освоения	5
	Отличительные особенности	5
	Цель и задачи	7
	Планируемые результаты освоения	8
1.2.	Организационно-педагогические условия реализации	11
	Язык реализации	11
	Форма обучения	11
	Особенности реализации	11
	Условия набора и формирования групп	12
	Формы организации и проведения занятий	12
	Материально-техническое оснащение	13
	Кадровое обеспечение	14
2	Учебный план	14
3	Календарный учебный график	17
4	Рабочая программа	18
	Особенности организации образовательного процесса	18
	Задачи года обучения	18
	Содержание года обучения	18
	Планируемые результаты года обучения	35
	Календарно-тематический план года обучения	39
5	Методические и оценочные материалы	41
6	Приложения	48

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Школа футбола» разработана в соответствии со следующими **нормативно-правовыми актами:**

- Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273–ФЗ с изменениями;
- Федеральным законом Российской Федерации «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся от 31.07.2020 № 304–ФЗ;
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652-н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка»;
- Распоряжением Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга».
- Распоряжением Комитета по образованию от 01.02.2022 № 176-р «Об утверждении Регламента предоставления государственной услуги прием в организации Санкт-Петербурга, реализующие дополнительные общеобразовательные программы, а также программы спортивной подготовки»;
- Локальными актами образовательного учреждения, регламентирующими деятельность Отделения дополнительного образования.

Дополнительная общеразвивающая программа **«Школа футбола»** ориентирована на развитие у обучающихся базовых знаний, умений и навыков игры в футбол, физического воспитания, адаптивных способностей, укрепление здоровья, совершенствование спортивной формы.

1.1. Основные характеристики ДОП:

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Школа футбола» - **физкультурно-спортивная.**

Физкультурно-спортивная направленность предусматривает знакомство обучающихся с технико-тактическими действиями игры в футбол, приобщению обучающихся к здоровому образу жизни, способствует укреплению костно-мышечного аппарата и совершенствованию всех функций организма, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных волевых и физических качеств, формирование различных двигательных навыков, способности переносить большие физические и психические нагрузки.

Развитие интереса к массовому спорту является на современном этапе одной из главных задач воспитания.

Адресат программы - обучающиеся **15-21 лет** любого (юноши и девушки) пола, желающие заниматься в объединении, имеющие начальную физическую подготовку, основную группу здоровья на основании результатов медицинского заключения, не имеющие противопоказаний для занятий спортом, имеющие первичные спортивные навыки, потребность научиться играть в футбол.

Актуальность реализации программы заключается в том, что реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеет оздоровительный эффект, воспитывает волю к победе, развивает морально-волевые качества, а также способствует формированию позитивной психологии общения и коллективного взаимодействию, способствует физическому развитию, позволяет решить проблемы занятости свободного времени обучающихся.

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, определяется запросом со стороны обучающихся и их родителей на программы, направленные на укрепление здоровья и физическое развитие обучающихся.

Футбол - мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм обучающихся. Футбол развивает основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки. Круглогодичные занятия футболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость организма к заболеваниям и усиливают его адаптационные возможности. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни.

Все острее встает задача общественного понимания необходимости дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, как открытого вариативного образования, наиболее полно обеспечивающего право человека на развитие и свободный выбор различных видов спорта, в которых происходит самоопределение молодежи, совершенствование их спортивной формы и укрепление здоровья.

Данная дополнительная общеразвивающая программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и способствует созданию

необходимых условий для личностного развития обучающихся, расширению возможностей для удовлетворения увлечения спортом, развитию физически подготовленного потенциала государства.

Уровень освоения программы – общекультурный. Освоение программного материала данного уровня предполагает получение обучающимися базовых знаний и практики игры в футбол, по изучению истории и перспектив развития мирового и отечественного развития игры в Футбол, получение практического опыта участия в соревнованиях.

Объем и срок освоения программы – 144 часа, 1 год обучения.

Отличительные особенности программы деятельный подход к обучению спортивной игры, развитие выносливости, воспитание обучающегося.

Программа включает в себя следующие направления:

- Техника перемещений.
- Приём. Передача. Подача мяча.
- Тактика игры при нападении и защите.
- Организация и проведение соревнований.

Выбор данной Программы определяются ее популярностью, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой и подготовленностью самого педагога.

Очень важно, чтобы обучающийся после основной деятельности мог снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий футболом. Программа направлена на создание условий для развития личности обучающегося, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья обучающихся.

Занятия футболом способствуют развитию и совершенствованию у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на

достижение победы, приучает обучающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у обучающихся проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности футбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир обучающегося, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Программа призвана решить отчасти, проблему гиподинамии, направлена на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

На занятиях основной акцент делается на развитие навыков самостоятельных занятий спортом, формирование потребности в движении, устойчивого интереса к занятиям футболом, привычки укреплять свое здоровье, выбора здорового образа жизни.

Данная программа соответствует потребностям времени, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься футболом, предъявляя посильные требования к обучающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность обучающимся приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к воспитанию гармоничного человека средствами футбола. Отличительная особенность программы «Футбольное поле» в её социальной направленности.

Новизна программы заключается в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди молодёжи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического

воспитания и всестороннего физического развития при создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности обучающегося.

Цель программы - Обучение техническим и тактическим основам игры в футбол, навыкам игры в футбол, развитие у обучающихся физических качеств, формирование у интереса к игре в Футбол, приобщение обучающихся к здоровому образу жизни, овладение основами игры в футбол, приобщение обучающихся к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

Обучающие

- Обучить техническим и тактическим основам спортивной игры в футбол;
- Способствовать совершенствованию технических приемов и правил игры в футбол;
- Выработать необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития;
- Способствовать расширению знаний для занятий футболом;
- Развивать у обучающихся основные физические качества;
- Научить умениям и навыкам игры в футбол;
- Обучить приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- Расширить знания в области футбола и спорта в целом;
- Научить совместному разбору игр, выработать умения судейства в игре футбол.

Развивающие

- Способствовать развитию спортивных способностей обучающихся;
- Совершенствовать двигательные навыки;
- Развивать желание участвовать в соревнованиях.
- Развивать силу, ловкость, координацию движений, быстроту реакции.

Воспитательные

- Воспитывать упорство, трудолюбие, настойчивость в достижении цели;
- Воспитывать чувство товарищества и патриотизма;
- Воспитывать интерес к спорту;
- Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

Особенностью данной программы является упор на изучение новейших и современных тактических действий и методических приемов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре.

Планируемые результаты освоения:

Личностные результаты:

Обучающиеся будут уметь:

- сотрудничать с педагогом и сверстниками в разных учебных ситуациях;
- учиться воспринимать общественные дела как свои собственные.
- использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

Обучающиеся будут знать:

- основы коммуникативной компетентности в общении со сверстниками в спортивной деятельности,
- основы умения работать в спортивной команде.

Обучающиеся будут иметь навыки:

- достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве;
- саморазвития, проявления самостоятельности;
- ответственности за результаты команды в соревнованиях;

У обучающихся будут сформированы:

- осмысление своих возможностей, проявление самостоятельности, преодоление трудностей;
- устойчивый интерес к выбранному виду деятельности;
- мотивация к спортивной деятельности, трудолюбие, целеустремленность;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

У обучающихся могут быть сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в образовательной, спортивной и других видах деятельности;
- критичность мышления, умение воспринять общественные дела как свои собственные;

- становление личности обучающегося как гражданина России, готового встать на защиту Родины;
- усовершенствование навыков общения, взаимодействия друг с другом;
- создание условий для раскрытия потенциала обучающегося как гармонично развивающейся личности;

Метапредметные результаты:

- *интеллектуальные:*

Обучающиеся будут уметь:

- самостоятельно определять цели и задачи своего обучения;
- планировать пути достижения целей в ходе тренировок.

- *коммуникативные:*

Обучающиеся будут уметь:

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе.

учебно-организационные:

Обучающиеся будут уметь:

- определять цели и задачи при подготовке к сдаче нормативов;
- работать в условиях соревнований;

Предметные результаты:

Обучающиеся будут знать:

1. Общие сведения о развитии Футбола;
2. Приемы помощи и самопомощи при травме;
3. Правила и принципы техники перемещений;
4. Правилам игры в Футбол;
5. Понятия «Техника игры», «Тактика игры», «Блокирование»;
6. Первичные навыки судейства
7. Принципы подготовки и участия в соревнованиях по футболу разного уровня.

Обучающиеся будут уметь:

1. выполнять элементы прыжков, поворотов;
2. выполнять разные элементы подачи мяча;

3. выполнять прием и передачу мяча;
4. выполнять тактические и технические действия в защите и нападении;
5. выполнять упражнения общей физической подготовки;
6. различать названия физических упражнений и исходных положений тела;
7. планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
8. планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
9. выполнять гигиенические процедуры и элементарные правила техники безопасности;
10. объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
11. управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
12. владеть двигательными действиями: ведением мяча.

Наиболее важными предполагаемыми результатами работы по реализации программы можно считать

знания:

- физиологические основы деятельности системы дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

умения:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;
- владеть основными техническими приемами;
- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий футболом.

Результаты реализации программы определяется личностным спортивным ростом обучающихся.

Программа призвана помочь каждому обучающемуся осмыслить его место в жизни, приобщаться к спортивным идеям, помочь сформулировать собственный взгляд на жизнь, своё мировоззрение.

1.2. Организационно-педагогические условия реализации

Язык реализации – русский.

Форма обучения – очная.

Особенности реализации:

Программа может реализовываться и самостоятельно и посредством сетевой формы. Занятия проводятся в группе всем составом объединения и индивидуально. Могут организовываться и проводиться массовые мероприятия с привлечением родителей (законных представителей) обучающихся. Программа предусматривает участие обучающихся в соревнованиях.

Условия набора и формирования групп

Обучающиеся зачисляются на основании письменного заявления родителей (законных представителей), личного заявления. Способ подачи заявок: через электронную систему «Навигатор», через портал «Госуслуги», при личном обращении. Принимаются все желающие в возрасте 15-21 лет, имеющие основную группу здоровья на основании результатов медицинского заключения, не имеющие противопоказаний для занятий спортом.

Набор в объединение производится в период с 15 августа до 01 сентября. Дополнительный набор на вакантные места осуществляется по 25 ноября.

Наполняемость учебной группы: 15 человек.

Формы организации и проведения занятий

Работа по программе «Футбольное поле» предусматривает специальную организацию регулярных занятий, на которых обучающиеся могут работать в группах, парами, индивидуально.

Предусмотрена фронтальная форма организации деятельности (показ, объяснение), одновременная работа со всеми обучающимися, индивидуально

- фронтальная – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

Проводятся индивидуальная и групповая, поточная формы организации деятельности.

В процессе занятий используются различные формы проведения занятий:

- традиционные;
- комбинированные и практические занятия;
- беседы;
- спортивные праздники (семейно-клубного типа);
- разучивание упражнений;
- спортивные игры;
- товарищеские встречи;
- соревнования;
- учебно-тренировочные занятия.

Разнообразие форм помогает педагогу органично расставлять акценты на спортивных ценностях, обеспечивающие нужное восприятие их обучающимися, а также ненавязчиво направлять его к осознанию себя и каждого человека неповторимым созданием природы, к необходимости ценить, беречь, развивать и укреплять свои достоинства, т.е. совершенствоваться.

В течение освоения программы занятия проводятся в спортивном зале и на спортивной площадке.

Применяемые технологии:

- личностно-ориентированное обучение;
- здоровьесберегающие технологии;

Образовательный процесс имеет развивающий характер, т.е. направлен на развитие природных задатков обучающихся, на реализацию их спортивных интересов и способностей.

Учитывая психофизиологические особенности обучающихся

используется индуктивный метод обучения. Например, изучая конкретные упражнения на перекладине, брусьях от простых к более сложным, обучающиеся приходят к выводу, что все комбинации работают по одному принципу.

Эффективность обучения и воспитания достигается с использованием в программе различных форм, включающих теоретические и практические занятия, спортивные игры.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении программы. Этому способствуют совместные обсуждения технологии выполнения упражнений, поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, направленного на достижение положительного результата.

Для развития мотивации обучающихся педагог использует активные методы обучения, методы стимулирования деятельности (поощрение, одобрение), создавая положительный эмоциональный настрой.

Материально-техническое оснащение программы

1. Технические средства:

- Оборудованное рабочее место педагога ОДО (компьютер, проектор, экран);
- Футбольные конструкции;
- Мяч футбольный;
- футбольная лестница;
- Футбольные сетки;
- Скакалки;
- Стойки, разметочные фишки и конусы;
- Гимнастические маты;
- Гимнастические скамейки
- Стенка гимнастическая
- Обручи

2. Дидактические средства:

- Обучающие видео, презентации спортивных соревнований;

3. Материалы, инструменты и приспособления:

- Секундомер;
- Свисток.

Обучающимся на занятиях необходимо находиться в спортивной форме и обуви (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки для футбола, футболки, майки, шорты).

Для занятий используется спортивный зал и учебный кабинет, полностью оснащенный необходимым оборудованием и техническими средствами обучения: компьютером, проектором, интерактивной доской, что позволяет использовать видеоряд, клипы и презентации. Условия для занятий соответствуют санитарно-гигиеническим нормам.

Кадровое обеспечение программы

Занятия проводит педагог дополнительного образования с соответствующим профилю объединения образованием и опытом работы.

2. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 1. Вводное занятие	4	2	2	Собеседование
2	Раздел 1. Основы физической культуры	8	5	3	Тестирование
6	Раздел 2. Общая физическая подготовка	30	3	27	Выполнение контрольных нормативов по ОФП
7	Тема 1. Строевые упражнения	10	1	9	Показ видов техники строевых перемещений
8	Тема 2. Спортивные подвижные игры	6	-	6	Итоги игры
9	Тема 3. Упражнения для рук, ног и туловища без предметов	14	2	12	Испытания на координацию движений
10	Раздел 3. Специальная физическая подготовка	30	6	24	Выполнение контрольных нормативов по СП

11	Тема 1. Техника упражнений для развития гибкости	2	-	2	Тестирование на гибкость
12	Тема 2. Техника упражнений для развития скоростных качеств	12	2	10	Тестирование на скоростные качества
13	Тема 3. Техника упражнений, направленных на развитие выносливости	6	2	4	Тестирование на выносливость
14	Тема 4. Техника упражнений для развития силовых качеств.	6	2	4	Тестирование на силовые качества
15	Тема 5. Техника упражнений со скакалкой	4	-	4	Испытания на работу со скакалкой
16	Раздел 4 Техническая подготовка	52	2	50	Выполнение контрольных нормативов по ТП
17	Тема 1. Техника владения мячом.	8	-	8	Испытания на технику владения мячом
18	Тема 2. Техника ведения мяча.	16	2	14	Испытания на точность ведения мяча
19	Тема 3. Техника ударов по мячу	10	-	10	Испытания на технику ударов по мячу
20	Тема 4. «Связки» технических приемов.	8	-	8	Испытания на «Связки» приемов
21	Тема 5. Обманные движения (финты).	6	-	6	Испытания на обманные движения
22	Тема 6. Техника вратаря.	4	-	4	Показ элементов техники вратаря
23	Раздел 5 Тактическая подготовка	12	-	12	Выполнение контрольных нормативов по ТП

24	Тема 1. Тактика приёмов, передач и перехвата мяча.	4	-	4	Испытания на передачу и перехват мяча
25	Тема 2. Тактика защиты.	4	-	4	Испытания на тактику защиты
26	Тема 3. Тактика нападения.	2	-	2	Испытания на тактику нападения
27	Тема 4. Тактика вратаря.	2	-	2	Показ элементов тактики вратаря
28	Раздел 6. Игровая практика	6	-	6	Учебная игра
29	Тема 1 Соревнования. Правила соревнований.	6	-	6	Учебная игра
30	Итоговое занятие	2	-	2	Товарищеская встреча соревнование
Всего:		144	18	126	

Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Техникум «Автосервис»

(Многофункциональный центр прикладных квалификаций)»

УТВЕРЖДЕН
Приказ № 102-ОДО
от 30 августа 2024 г.

3. Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности
Футбольное поле

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год 1 группа	1 сентября	30 мая	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа (45 минут), с перерывом между 1-м и 2-м часом 15 минут

4. Рабочая программа

Особенности организации образовательного процесса заключаются в практической составляющей, применение полученных знаний по физической культуре в образовательном процессе в подготовке для участия в спортивных соревнованиях.

Задачи года обучения:

Обучающие

- Обучить техническим и тактическим основам спортивной игры в футбол;
- Способствовать совершенствованию технических приемов и правил игры в футбол;
- Выработать необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития;
- Способствовать расширению знаний для занятий футболом;
- Развивать у обучающихся основные физические качества;
- Научить умениям и навыкам игры в футбол;
- Обучить приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- Расширить знания в области футбола и спорта в целом;
- Научить совместному разбору игр, выработать умения судейства в игре футбол.

Развивающие

- Способствовать развитию спортивных способностей обучающихся;
- Совершенствовать двигательные навыки;
- Развивать желание участвовать в соревнованиях.
- Развивать силу, ловкость, координацию движений, быстроту реакции.

Воспитательные

- Воспитывать упорство, трудолюбие, настойчивость в достижении цели;
- Воспитывать чувство товарищества и патриотизма;
- Воспитывать интерес к спорту;
- Воспитывать стремление к здоровому образу жизни.

Особенностью данной программы является упор на изучение новейших и современных тактических действий и методических приемов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре.

Содержание программы (года обучения)

Программа делится на три этапа.

1. Этап начальной подготовки.
2. Учебно-тренировочный этап
3. Этап спортивного совершенствования

Содержание программы (года обучения)

Тема 1. Вводное занятие. (4 ч.)

Теория – 2 часа

Вводное занятие. Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ и правилам поведения на тренировке. Правила поведения в спортивном зале во время занятий и соревнований. История возникновения и развития футбола как вида спорта.

Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена. Гигиенические требования в футболе.

Последовательность и этапы обучения футболистов. Общие основы футбола.

Понятие о гигиене и санитарии.

Практика – 2 часа

Техника безопасности при игре в «Футбол». Правила игры. Эволюция правил игры в «Футбол». Упрощенные правила игры. Действующие правила игры. Терминология и жестикуляция. Правила безопасности при занятиях футболом.

Форма контроля: Собеседование

Раздел 1. Основы физической культуры. (8 ч.)

Теория – 5 часов

Физическое воспитание и развитие. Психологическая культура. Формирование спортивного интереса, перспективной цели, дисциплины, адекватной самооценки, образного мышления, непроизвольного внимания, психосенсорных процессов. Аутогенная тренировка. Формирование психической устойчивости.

Значение двигательной активности в укреплении здоровья, физического развития. Сведения о строении и функциях организма человека. Взаимодействие органов и систем человека. Режим дня и питание. Нагрузка и отдых как взаимосвязанные компоненты физических упражнений. Закаливание. Личная гигиена, гигиенические требования к спортивной одежде и обуви, местам занятий и оборудованию. Режим дня, сна, отдыха, уход за телом, полостью рта. Профилактика вредных привычек Правила поведения и безопасности при выполнении физических упражнений.

Практика – 3 часа

Подготовка к викторине по психологической культуре. Владение приемами помощи и самопомощи при травме. Техника безопасности. Профилактика травматизма. Доврачебная помощь пострадавшим.

Форма контроля: Тестирование

Раздел 2. Общая физическая подготовка. (30 ч.)

Форма контроля: Выполнение контрольных нормативов по ОФП

Тема 1. Строевые упражнения. (10 ч.)

Теория – 1 час

Общая физическая подготовка. Строевые упражнения. Значение ОФП. Виды упражнений. Воздействие на человека. Значение общефизической подготовки в футболе. Понятие строй, шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанции, направляющий, замыкающий.

Практика – 9 часов

Предварительные и исполнительные команды. Шаг на месте, повороты на месте, размыкание уступами. Ходьба строем, перестроение из одной шеренги в две и четыре, из колонны по одному в колонну по два. Изменение направлений движения строя. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости передвижений, повороты в движении. Ходьба и бег в разных направлениях с сохранением интервалов между игроками во фронтальном и поперечном направлениях.

Форма контроля: Показ видов техники строевых перемещений

Тема 2. Спортивные и подвижные игры. (6 ч.)

Правила проведения игр.

Практика – 6 часов

Правила проведения игр. Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию: «Гонка мячей», «Салки» (Пятнашки), «Невод», «Метко в цель». «Подвижная цель», «Мяч среднему». «Охотники и утки». «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание каната», «Катающаяся мишень», «Вышибалы», «Третий лишний», «Круговая эстафета», комбинированные эстафеты.

Форма контроля: Итоги игры

Тема 3. Упражнения для рук, ног и туловища без предметов. (14 ч.)

Теория – 2 часа

Техника выполнения упражнений для рук ног и туловища

Практика – 12 часов

Ходьба, руки в стороны. Спина прямая. Ходьба боком приставными шагами, ходьба на носках руки на пояс. Ходьба спиной, руки в стороны. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному, в колонну по два. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Повороты в движении. Гимнастические упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки.

Форма контроля: Испытания на координацию движений

Раздел 3. Специальная физическая подготовка. (30 ч.)

Форма контроля: Выполнение контрольных нормативов по СП

Тема 1. Техника упражнений для развития гибкости. (2 ч).

Практика – 2 часа

Маховые и вращательные движения руками и ногами с большой амплитудой; активный (растянутые мышцы напряжены) и пассивный стретчинг (растянутые мышцы расслаблены). Сгибательные и разгибательные упражнения, выполняемые с помощью партнера.

Форма контроля: Тестирование на гибкость

Тема 2. Техника упражнений для развития скоростных качеств. (12 ч).

Теория – 2 часа

Техника выполнения упражнений для развития скоростных качеств и их значение в футболе.

Практика – 10 часов

Упражнения для развития быстроты реагирования на сигналы разного типа, быстроты сложных реакций и реакций на движущийся объект. Техника выполнения стартовой скорости, дистанционной скорости. Упражнения для развития стартовой и дистанционной скорости, частоты движений: семенящий бег на месте и в движении, старты из разных исходных положений, бег с пульсирующей скоростью, эстафеты, бег за партнером с изменением скорости и направления движения. Бег по наклонной дорожке.

Стартовые рывки футболистов к мячу с последующим ударом по воротам. То же – в парах, но игрок, ведущий мяч, оставляет его для удара партнеру. То же – в парах, с имитацией отбора мяча вторым футболистом. То же, но с реальными попытками отбора мяча; удар из заданной зоны наносит футболист, владеющий мячом.

Бег змейкой между стойками, расставленными в определенном порядке или хаотично.

Бег по наклонной дорожке вниз с максимальной скоростью; то же, но с максимальной частотой шагов (угол наклона дорожки не более 4–6°, дистанция – не более 15–20 м). Скоростной бег с переключениями (через каждые 1,5–2,0 с изменения ритма, темпа, направления, с выполнением технических приемов, внезапным взаимодействием с партнерами).

Форма контроля: Тестирование на скоростные качества

Тема 3. Техника упражнений, направленных на развитие выносливости. (6 ч).

Теория - 2 часа

Техника выполнения упражнений на развитие выносливости.

Практика – 4 часа

Непрерывный бег равномерной или переменной интенсивности, повторный бег. Бег с ускорением 30 м.

Форма контроля: Тестирование на выносливость

Тема 3. Техника упражнений для развития силовых качеств. (6 ч).

Теория - 2 часа

Техника выполнения упражнений для развития силовых качеств.

Практика – 4 часа

Упражнения с преодолением веса собственного тела или тела партнера. Упражнения на тренажерах с небольшими отягощениями, выполняемые с повышенной скоростью и частотой. Упражнения с набивными мячами и гантелями. Упражнения на тренажерах.

Форма контроля: Тестирование на силовые качества

Тема 5. Техника упражнений со скакалкой. (4 ч).

Практика – 4 часа

Техника выполнения упражнений со скакалкой.

Выполнение упражнений.

Прыжки без продвижения вперед через скакалку, которую дети должны вращать вперед.

Отталкиваться двумя ногами.

То же самое, но скакалку вращать назад.

Прыжки через скакалку с продвижением вперед.

Упражнение:

На счет 1 – прыжок через скакалку вперед; 2 – прыжок через скакалку назад; 3–4 – круг руками назад.

На счет 1 – прыжок через скакалку назад; 2 – прыжок через скакалку вперед; 3–4 – круг руками вперед.

Упражнение:

На счет 1 – прыжок, ноги в стороны; 2 – прыжок на правую ногу, левая сзади в скрестном положении; 3 – прыжок, ноги в стороны; 4 – прыжок на левую ногу, правая сзади в скрестном положении; 5–8 – прыжки с ноги на ногу.

Упражнение:

Прыжки с ноги на ногу, скакалка вращается назад. Постепенно повышать темп.

Форма контроля: Испытания на работу со скакалкой

Раздел 4. Техническая подготовка. (52 ч.)

Форма контроля: Выполнение контрольных нормативов по ТП

Тема 1. Техника владения мячом. (8 ч).

Практика - 8 часов

Техника владения мячом. Перекатывание мяча подошвой в движении, поочередно обеими ногами; далее – катить мяч подъемом и тянуть мяч назад подошвой, поочередно правой и левой ногой.

Перекатывание мяча то влево, то вправо с остановкой его поочередно внутренней и внешней сторонами стопы. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой.

Перекатывание мяча назад и вперед как подошвой, так и подъемом, поочередно меняя ноги.

Перевод мяча от одной стопы к другой, двигаясь при этом по прямой линии.

Перемещение мяча назад подошвой, затем вперед подъемом, остановка мяча подошвой той же стопы, заступает за него, поворот и ведение его подъемом той же стопы в другом направлении. В этом задании обращать внимание на качество выполнения каждого элемента и скорость перехода от одного элемента к другому.

«Увод» мяча от соперника внешней стороной стопы. После этого – смена направления движения и «увод» мяча внутренней стороной стопы.

Игроки выполняют эти же самые игровые приемы, но в зигзагообразных перемещениях. В этом случае они учатся сочетать «увод» мяча от соперника с одновременным изменением направления и скорости перемещений.

Ведение мяча правой и левой ногой. Вначале – внутренней стороной подъема правой и левой ноги. Потом – внешней стороной подъема как правой, так и левой ноги.

Удары по маленьким воротам низом внутренней стороной подъема. Для выполнения этого упражнения каждому футболисту на поле ставят сделанные из стоек (конусов, маркеров и т.п.) индивидуальные ворота шириной в 1 м. Дистанция удара – 5 м, акцент на самые существенные моменты: как подойти (подбежать) к мячу, куда и как ставить опорную ногу, что в этот момент должно происходить с бьющей ногой и т.д.

Комбинированное ведение мяча. Движение вперед: поворот мяча носком одной стопы по направлению к другой стопе. После нескольких повторений – продолжение упражнения, только движение мяча вперед осуществляется внутренней частью подъема.

Форма контроля: Испытания технику владения мячом

Тема 2. Техника ведения мяча. (16 ч).

Теория – 2 часа.

Техника ведения мяча. Основы технической подготовки в футболе. В основе техники ведения мяча лежат легкие удары по мячу разными частями стопы. Именно поэтому оба технических приема изучаются вместе. «Связки» ведения мяча.

Практика - 14 часов

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

Дети движутся по большому треугольнику или четырехугольнику. Они должны катить мяч перед собой внутренней стороной подъема одной ноги и останавливать его стопой другой ноги. При выполнении этого упражнения тренер оценивает расстояние, на которое мяч отлетает от футболиста после удара (толчка) внутренней стороной подъема. Он объясняет детям, что это расстояние должно быть таким, чтобы игрок постоянно контролировал мяч и мог укрыть его от соперника.

Футболисты продолжают движение по треугольнику или четырехугольнику, но теперь они поочередно меняют стопы: ведут мяч

внутренней стороной подъема правой ноги – останавливают его стопой левой ноги. Затем ведут мяч внутренней стороной подъема левой ноги – останавливают его стопой правой ноги и т.д.

Эстафета «ведение мяча с обводкой конусов (стоек)», дистанция – от 5 до 10 м, тренер формирует группы из 4–5 футболистов, продолжительность задания – 5 мин. Число групп должно быть таким, чтобы не было длительного простоя.

Игроки вначале уводят мяч от соперника внешней стороной стопы. После этого они меняют направление движения, делают то же самое внутренней стороной подъема.

Игроки выполняют эти же самые игровые приемы, но в зигзагообразных перемещениях. В этом случае они учатся сочетать «увод» мяча от соперника с одновременным изменением направления и скорости перемещений.

Покатить мяч вперед подъемом и тянуть мяч назад подошвой, поочередно правой и левой ногой.

Ведение мяча по зигзагообразной линии с использованием передней части подошвы для поворота мяча в нужном направлении.

То же упражнение, но игрок ведет мяч, быстро передавая его от одной стопы к другой.

Ведение мяча с обводкой 4–5 стоек, расставленных на прямой линии и зигзагообразно. Изучение связки «ведение – обводка – ведение». Футболист по сигналу тренера ведет мяч внутренней стороной подъема; потом обводит стойки (конусы); поворачивается и ведет мяч в конец своей колонны. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Изучение связки «ведение – обводка – удар по воротам». Футболист по сигналу тренера ведет мяч внутренней стороной подъема; потом обводит стойки (конусы); делает небольшое ускорение (3–5 м) перед ударом; наносит удар по воротам. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой.

Ведение мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой. То же, но в легком беге, ведение попеременно то правой, то левой ногой.

Ведение мяча внутри центрального круга разными сторонами стопы. Для того чтобы не столкнуться с партнерами, необходимо почаще двигаться с поднятой головой. По мере освоения усложнение задания: обмен мяча с партнером.

Ведение мяча по прямой линии, попеременно внутренней и внешней сторонами подъема, на дистанции 8–10 м, с последующим ударом по воротам (их размер – высота 2 м, ширина 3–5 м). Удар наносится ранее изученными способами, которые назовет тренер.

Ведение мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой; то же, но в легком беге, ведение попеременно то правой, то левой ногой.

Ведение мяча правой ногой с последующим ударом по мячу в маленькие ворота; то же, но левой ногой; то же, но попеременно

то правой, то левой ногой. По мере освоения техники элементарных движений их группируют в блоки, которые составляют основное содержание занятия. Пример такой группировки приведен ниже.

Форма контроля: Испытания на точность ведения мяча

Тема 3. Техника ударов по мячу. (10 ч).

Практика – 10 часов.

Техника ударов по мячу. Ведение мяча в движении. Удар по неподвижному мячу. По сигналу тренера все игроки одновременно посылают мяч на 5–8 м вперед и тут же стартуют к нему. Выполнить по 10 стартов. Удары в стенку, стойку или в гимнастическую скамейку с 5–6 м внутренней стороной стопы.

В парах, расстояние 6–8 м между партнерами. Передачи мяча ударами внутренней стороной стопы друг другу.

В тройках, на одной линии в 5–6 м между партнерами. Передачи мяча ударами внутренней стороной стопы. Крайние игроки с мячами, пас партнеру в центр, игроки располагаются по линии условного круга.

В парах, на расстоянии 5 м, имитируют удар.

Выполняют удар по неподвижному мячу, посылая его партнеру.

Выполняют удар какой-либо частью подъема с шага.

Удары по воротам. Удар с небольшого разбега низом и верхом.

Удар с расстояния 8–10 м по воротам.

Удар – передача мяча партнеру низом.

Удар – передача мяча партнеру верхом.

Мяч посылается верхом вратарю, который ловит его и накатывает партнеру для удара.

Игра в ручной мяч, передачи мяча выполняют ударом внешней частью подъема.

Ведение мяча, пас партнеру, игра в стенку, удар по воротам с 10–16 м (в зависимости от возраста).

В парах, передачи мяча головой. Дети встают лицом друг к другу на расстоянии 3–5 м, в руках у одного – мяч. Один игрок набрасывает партнеру мяч на голову, который согласованными движениями туловища и головы бьет по мячу лбом, посылая его партнеру обратно. Партнер ловит мяч в воздухе или

на отскоке и вновь набрасывает мяч под удар. После 5 повторений партнеры меняются местами.

В тройках, передачи мяча головой. Игрок «А» набрасывает мяч на голову игроку «В», тот должен ударом головой послать мяч партнеру «С».

Игра 4х4 на площадке 10 м х 10 м. Передачи мяча руками, ногами и головой. Для передачи мяча головой или удара по мячу головой один из игроков берет в руки мяч и набрасывает на голову другого.

Удары в маленькие ворота (1–2 м шириной, сделанные из конусов или стоек) с небольшого разбега (4–6 м от места удара до ворот).

Ведение мяча передача мяча вперед на ход самому себе, рывок и удар по воротам.

В парах, контроль мяча икрытие его от соперника частью тела или всем телом. Усложнение задания: добавляется третий партнер, который выполняет передачу мяча. Принять мяч, прикрыть его от соперника, увести в сторону.

Игра двое против двоих на площадке не более чем 20 м х 20 м, с маленькими воротами, но без вратарей. Два футболиста, владеющих мячом, постоянно перемещаются, контролируя мяч, и при первой возможности бьют по воротам.

Игра четверо против четверых на площадке не более чем 20 м х 10 м, с 4 воротами. Четверо футболистов, владеющих мячом, постоянно перемещаются, контролируя мяч, и при первой возможности бьют по воротам.

Передачи мяча в парах на месте. Футболистам надо сразу же сказать, что в современном футболе «на месте» ничего не делается. Только в движении. Название этому упражнению дали давно, когда многие футболисты ожидали мяч стоя. Футболисты располагаются в 5–7 м друг от друга, у одного из них мяч. Внутренней стороной стопы правой ноги он делает передачу партнеру, и тот идет на мяч. Останавливает его подошвой правой или левой ноги и делает возвратный пас. Оба игрока играют попеременно то правой, то левой ногой. Сила удара по мячу должна быть такой, чтобы скорость перемещения мяча по газону соответствовала возрасту игроков и их умению делать передачи мяча.

Футболисты располагаются в 5–7 м друг от друга, у одного из них мяч. Внутренней стороной стопы правой ноги он делает передачу партнеру, но не прямо ему, а под некоторым углом. Чтобы обработать этот мяч, игрок, принимающий его, должен сделать рывок на 3–5 м, остановить мяч в движении, развернуться более чем на 90. и, сделав возвратный пас, тут же бежать к той точке, в которую партнер пошлет мяч.

Футболисты располагаются в 5–7 м друг от друга, у одного из них мяч. Они перемещаются параллельно друг другу, посылая мяч партнеру «на ход». Передача мяча делается не в ноги партнеру, а в зону перед ним. Поэтому передающий мяч должен учиться соразмерять время и скорость паса, а также точку, в которую нужно послать мяч, и скорость передвижения принимающего мяч футболиста. В первых тренировках юные футболисты передвигаются шагом, потом переходят на бег и постепенно от тренировки к тренировке увеличивают скорость бега.

Игра двое против двоих на площадке 20 м 20 м – 2 тайма по 5 мин. Первые 2–3 мин команда без мяча не должна активно отбирать мяч. Задача футболистов этой команды – помешать сделать передачу мяча в свободную зону «на ход» бегущему игроку. Соответственно, задача команды с мячом – стараться уйти от соперника и принять мяч от партнера в относительно свободных условиях. В следующей серии активность борьбы за мяч повышается.

Передачи мяча в тройках на месте. Футболисты располагаются на одной линии, в 7–8 м друг от друга. Мячи – у крайних игроков. Один из них делает передачу центральному игроку, тот идет навстречу движущемуся к нему мячу, останавливает его и возвращает мяч партнеру. Быстро разворачивается на 180° к другому партнеру, идет на посланный им мяч и после остановки делает возвратный пас. После 3–4 повторений происходит смена партнеров.

Передачи мяча в тройках в движении. В исходном положении футболисты располагаются на трех параллельных линиях в 7–8 м друг от друга, мяч – у одного из крайних игроков. По сигналу тренера все трое начинают движение по этим параллельным линиям, и одновременно крайний делает пас на ход футболисту, располагаются на трех параллельных линиях в 7–8 м друг от друга, мяч – у одного из крайних игроков. По сигналу тренера все трое начинают движение по этим параллельным линиям, и одновременно крайний делает пас на ход футболисту, для сохранения равновесия, положение стопы в момент касания мяча, отведение стопы назад для погашения скорости мяча, контроль приземления мяча и остановка его подошвой на газоне. После остановки игрок выполняет возвратный пас партнеру, тот останавливает мяч (способ остановки определяет тренер), берет мяч в руки и вновь набрасывает его партнеру. После 5–6 повторений партнеры меняются местами. В процессе упражнения футболисты попеременно останавливают мяч то правой, то левой ногой.

Передачи мяча в парах, игроки стоят на расстоянии 4–6 м друг от друга, передача мяча партнеру, который останавливает его внутренней частью стопы.

По 5–7 остановок правой ногой, потом столько же левой ногой, затем – попеременно левой и правой ногой. Удар средней частью подъема в стенку по встречному мячу, накатываемому партнером. Упражнения в парах. Партнеры, стоя на расстоянии 10–12 м, поочередно посылают мяч друг другу, предварительно остановив его внутренней стороной стопы. Игроки не стоят на месте, а идут вперед на 1–2 м к мячу. Остановив его и нанеся удар, отступают назад. Удары в маленькие ворота с дистанции 4, 6 и 8 м. Удар наносится по неподвижному мячу, по три удара с каждой дистанции.

Упражнения в тройках. Крайние игроки с мячами. Передача мяча от партнера справа центральному игроку; тот останавливает его внутренней стороной стопы левой ноги и этой же ногой возвращает мяч партнеру. После этого – разворот, остановка мяча внутренней стороной стопы правой ноги, посланного слева, и этой же ногой возврат мяча партнеру.

Упражнения в парах на малой площадке. Игрок «А» делает передачу партнеру «Б», и сразу же после нее – рывок в зону, в которую партнер «Б» возвращает ему мяч в одно касание. Игрок «А» бьет по воротам также первым касанием средней или внутренней частью подъема.

Игроки движутся по периметру треугольника, катят мяч впереди себя внутренней стороной стопы, периодически останавливая его другой стопой. Это же задание выполняется по периметру любого многоугольника.

Передачи мяча партнеру: два футболиста стоят на расстоянии 4–5 м лицом друг к другу. Один из них с мячом. Он накатывает мяч навстречу партнеру и тот должен остановить его попеременно средней или внутренней частью подъема стопы. Но перед этим тренер рассказывает и показывает, как нужно выполнять эти остановки мяча. Ключевые моменты: движение останавливающей ноги навстречу мячу, работа рук для сохранения равновесия, положение стопы в момент касания мяча, отведение стопы назад для погашения скорости мяча, контроль приземления мяча и остановка его подошвой на газоне. После остановки игрок выполняет возвратный пас партнеру, тот останавливает мяч также средней или внутренней частью подъема стопы и затем возвращает мяч партнеру ударом этой же частью подъема стопы. В процессе упражнения футболисты попеременно останавливают мяч и делают передачи то правой, то левой ногой.

Форма контроля: Испытания на технику ударов по мячу

Тема 4. «Связки» технических приемов. (8 ч).

Практика – 8 часов.

Связки» технических приемов. Ведение мяча в парах. Ведение – удар по мячу. Упражнение выполняется в колоннах из 4 игроков. Футболист первой колонны ведет мяч до стойки, после чего наносит удар по мячу правой ногой – внутренней частью подъема. Футболист второй четверки делает то же самое, но бьет внутренней частью подъема левой ноги. После ударов футболисты меняются местами.

Упражнение выполняется в колоннах по 4 игрока. Колонны располагаются одна напротив другой на расстоянии 7–8 м, игроки первой колонны – с мячами. По сигналу тренера первый игрок первой колонны посылает мяч внутренней частью подъема первому игроку второй колонны, тот, в свою очередь, сбрасывает ему мяч под удар. Удар выполняется внутренней частью подъема. Игрок после удара встает в колонну 2, а сбросивший мяч – в колонну 1. Периодически игроки колонн меняются заданиями.

Передачи мяча в парах с 5–8 м. Партнер останавливает посланный ему мяч любым способом, в том числе и руками, и затем накатывает его обратно под удар внутренней частью подъема. Партнеры меняются местами.

Передачи мяча в парах с 5–8 м. Партнер «А» набрасывает мяч руками партнеру «Б», который останавливает его одним из ранее освоенных способов и бьет по мячу в ворота внутренней частью подъема. Партнеры меняются местами.

По сигналу тренера футболист бежит к стойке, обегает ее, двигается к мячу и наносит с 5–8 м удар по мячу внутренней частью подъема. Чтобы не было очереди, нужно выполнять это задание в нескольких группах, устроив соревнование «кто больше забьет мячей». Игроки, в зависимости от возраста, располагаются с 5 до 8 м и далее от ворот. По сигналу тренера игрок подбрасывает мяч и, не давая ему опуститься, наносит удар по воротам внутренней частью подъема.

Игра в ручной мяч на ограниченной площадке; ловить мяч можно руками, а передавать мяч партнеру – ударом с рук внутренней частью подъема.

Квадраты 5х3 на площадке 20 м х 20 м, количество касаний не ограничено.

Партнеры стоят на расстоянии 8–10 м, поочередно посылая мяч внутренней стороной подъема друг другу верхом.

Удар по катящемуся мячу. Партнеры располагаются в 10 м друг от друга. Один из них накатывает мяч (руками, серединой стопы и т.д.), второй бьет по мячу, возвращая его партнеру. Удар наносится внутренней стороной подъема.

Удар с шага. Отойти от мяча на 1,5–2 м, сблизиться с ним и выполнить передачу партнеру.

Короткое ведение, пас вперед внутренней стороной подъема партнеру с одновременным рывком в оговоренное тренером место.

«Футбольный крикет». Два игрока; один устанавливает три кегли стойкой на расстоянии 8–10 м от бьющего, второй бьет. Сбитую стойку-кегли поставить на место.

Жонглирование мячом (индивидуальное) по заданию тренера (голеностопами, бедром, головой).

Удар по катящемуся мячу. Игрок накатывает мяч вперед рукой перед собой и с нескольких шагов разбега выполняет удар в сторону партнера.

Расстояние между двумя партнерами – 10–12 м. Один из них накатывает мяч внутренней стороной стопы партнеру, который ударом серединой подъема по катящемуся мячу возвращает его назад. Футболист останавливает мяч подошвой и вновь накатывает его партнеру.

Игровое упражнение – двое (контролирующие мяч) против одного (отбирающего мяч). Перемещаясь по площадке, передавать мяч партнеру. Задача отбирающего игрока – перехватить мяч.

Передача мяча руками влево, вправо, верхом. Сброс мяча внутренней стороной подъема или серединой стопы вниз – обратная передача. Одна минута работы – смена позиции. Передача мяча руками влево, вправо, верхом. Обратная передача выполняется ударом бедра левой и правой ноги. Одна минута работы – смена позиции.

Передача мяча руками – обратный пас ударом по мячу головой, открыться под следующего игрока. Одна минута работы – смена позиции.

Форма контроля: Испытания на «Связки» приемов

Тема 5. Обманные движения (финты) (6 ч).

Практика – 6 часов.

Обманные движения (финты). Особенности обманных движений и (финтов), и их значение в игре.

Финты в подвижных играх. Стоя с мячом на месте, по сигналу тренера занести ногу над мячом, верхнюю часть туловища отклонить в сторону, например, влево. По второму сигналу поднятую ногу опустить с другой стороны мяча, отклонив тело в противоположном направлении.

Финт против стоящего соперника.

Внутренней частью подъема стопы другой ноги отвести мяч в сторону.

Стоя с мячом на месте, выполнить этот же финт слитно.

Стоя лицом в 2 м от конуса (стойки, маркера), выполнить этот же финт с последующим уходом в сторону.

Медленно вести мяч и, не доходя до конуса (стойки, маркера) 2–2,5 м, выполнить ложное движение с последующим уходом в сторону.

То же задание, но с пассивным сопротивлением партнера, который вытягивает в момент ложного движения ногу в сторону. Постепенно скорость выполнения финта увеличивать. Выполнить финт против медленно сближающегося партнера, который вначале действует пассивно, а затем противодействует финту вытягиванием ноги в сторону.

Игроки в составе от 1х1 до 4х4 выполняют финт в игровых упражнениях и в подвижных играх.

Игра 4 на 4 игрока на площадке 30 м x 20 м в двое ворот с применением финта «переступание через мяч» и других ранее изученных финтов.

Игроки ведут мяч по зигзагообразной линии. Ведение выполняется в медленном темпе, а повороты – в быстром.

Ведение мяча между стоек, расстояние между которыми постепенно сокращается с 3 до 1,5 м. Тот же скоростной акцент: ведение до стоек – на средней скорости, у стойки – быстро.

Футболисты в ходе ведения выполняют финт против стоящего соперника, который реагирует на ложный прием лишь движением ноги в сторону.

Футболисты в ходе ведения мяча выполняют финт против медленно сближающегося с ними соперника.

Игрок, ведущий мяч, обыгрывает с помощью финта двух или трех соперников, бегущих один за другим на расстоянии 5–6 м и действующих пассивно. Для закрепления техники данного финта необходимо применять его в игровых упражнениях и подвижных играх. Освоение техники ударов по мячу внутренней частью подъема: игрок первой четверки ведет мяч до стойки, установленной на расстоянии 2 м от колонны, посылает его вперед, ускоряется и наносит удар по мячу правой ногой – внутренней частью подъема. Игрок второй четверки выполняет ведение, удар левой ногой.

Затем они меняются местами.

Игра 3 на 3 игрока на площадке размером 20м x 20м с выполнением ранее изученных приемов, в том числе финтов.

Форма контроля: Испытания на обманные движения

Тема 6. Техника вратаря (4 ч).

Практика – 4 часа

Техника вратаря. Роль техники вратаря в футболе.

Стойка вратаря. Ловля мяча. Техника приема мяча при ударе. Техника приема низколетающих мячей. Техника приема верхнего мяча. Техника приема мяча в падении. Удары по мячу (удар на перехвате). Ввод мяча в игру.

Форма контроля: Показ элементов техники вратаря

Раздел 5. Тактическая подготовка. (12 ч.)

Форма контроля: Выполнение контрольных нормативов по тактической подготовке

Тема 1. Тактика приёмов, передач и перехвата мяча. (4 ч.)

Практика – 4 часа

Тактика приёмов, передач и перехвата мяча. Понятие и значения тактической подготовки в футболе.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнерами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Форма контроля: Испытания на передачу и перехват мяча.

Тема 2. Тактика защиты. (4 ч.)

Практика – 4 часа

Тактика защиты. Значение тактики защиты в футболе.

Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки».

Комбинация с участием вратаря.

Форма контроля: Испытания на тактику защиты.

Тема 3. Тактика нападения. (2 ч.)

Практика – 2 часа

Тактика нападения. Влияние физических упражнений на организм.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на площадке, умение реагировать на действия партнеров и соперников. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» и на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных примеров для ведения игры. Выбор способов ведения мяча и передач его партнерам. Применение различных видов обводки в зависимости от игровой ситуации. Групповые действия. Взаимодействие двух игроков в игре. Передача в ноги и на свободное. Комбинация «игра в стенку». Комбинация при использовании стандартных положений: начало игры, пробитие штрафных и свободных ударов, при угловом и введение мяча из-за боковой линии.

Форма контроля: Испытания на тактику нападения.

Тема 4. Тактика вратаря. (2 ч).

Практика – 2 часа

Тактика вратаря. Основные понятия тактики вратаря.

Организация построения стенки. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру. Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

Форма контроля: Показ элементов тактики вратаря.

Раздел 6. Игровая практика. (6 ч.)

Тема 1. Соревнования. Правила соревнований

Практика – 6 часов

Правила игры в футбол. Права и обязанности футболистов и тренеров. Права и обязанности капитана команды. Учебные игры и соревнования.

Форма контроля: Учебная игра

Итоговое занятие (2 часа)

Практика – 2 часа

Форма контроля: Товарищеская встреча - соревнование

Планируемые результаты года обучения

Личностные результаты:

Обучающиеся будут уметь:

- сотрудничать с педагогом и сверстниками в разных учебных ситуациях;
- учиться воспринимать общественные дела как свои собственные.
- использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.

Обучающиеся будут знать:

- основы коммуникативной компетентности в общении со сверстниками в спортивной деятельности,
- основы умения работать в спортивной команде.

Обучающиеся будут иметь навыки:

- достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве;
- саморазвития, проявления самостоятельности;
- ответственности за результаты команды в соревнованиях;

У обучающихся будут сформированы:

- осмысление своих возможностей, проявление самостоятельности, преодоление трудностей;
- устойчивый интерес к выбранному виду деятельности;
- мотивация к спортивной деятельности, трудолюбие, целеустремленность;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

У обучающихся могут быть сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в образовательной, спортивной и других видах деятельности;
- критичность мышления, умение воспринять общественные дела как свои собственные;
- становление личности обучающегося как гражданина России, готового встать на защиту Родины;

- усовершенствование навыков общения, взаимодействия друг с другом;
- создание условий для раскрытия потенциала обучающегося как гармонично развивающейся личности;

Метапредметные результаты:

- интеллектуальные:

Обучающиеся будут уметь:

- самостоятельно определять цели и задачи своего обучения;
- планировать пути достижения целей в ходе тренировок.

- коммуникативные:

Обучающиеся будут уметь:

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе.

учебно-организационные:

Обучающиеся будут уметь:

- определять цели и задачи при подготовке к сдаче нормативов;
- работать в условиях соревнований;

Предметные результаты:

Обучающиеся будут знать:

8. Общие сведения о развитии Футбола;
9. Приемы помощи и самопомощи при травме;
10. Правила и принципы техники перемещений;
11. Правилам игры в Футбол;
12. Понятия «Техника игры», «Тактика игры», «Блокирование»;
13. Первичные навыки судейства
14. Принципы подготовки и участия в соревнованиях по футболу разного уровня.

Обучающиеся будут уметь:

1. выполнять элементы прыжков, поворотов;
2. выполнять разные элементы подачи мяча;
3. выполнять прием и передачу мяча;
4. выполнять тактические и технические действия в защите и нападении;

5. выполнять упражнения общей физической подготовки;
6. различать названия физических упражнений и исходных положений тела;
7. планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
8. планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
9. выполнять гигиенические процедуры и элементарные правила техники безопасности;
10. объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
11. управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
12. владеть двигательными действиями: ведением мяча.

Наиболее важными предполагаемыми результатами работы по реализации программы можно считать

знания:

- физиологические основы деятельности системы дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;

- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;

- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

умения:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;
 - владеть основными техническими приемами;
 - применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий футболом.

Результаты реализации программы определяется личностным спортивным ростом обучающихся.

Программа призвана помочь каждому обучающемуся осмыслить его место в жизни, приобщаться к спортивным идеям, помочь сформулировать собственный взгляд на жизнь, своё мировоззрение.

Календарно-тематический план

№ п\п	Наименование разделов и тем	Количество часов	Дата
1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	2	
2.	Развитие школы футбола в России и за рубежом. Основы безопасности при игре в футбол.	2	
3.	Физическое воспитание и развитие. Влияние физических упражнений на организм человека.	2	
4.	Физическая подготовка футболиста. Гигиена спортсмена, самоконтроль на занятиях футболом.	2	
5.	Психологическая культура. Упражнения на релаксацию.	2	
6.	Приемы помощи и самопомощи при травме.	2	
7.	Общая физическая подготовка. Значение. Строевые упражнения.	2	
8.	Предварительные и исполнительные команды.	2	
9.	Понятие строй, шеренга, колонна, фланги.	2	
10.	Шаг на месте, повороты, ходьба строем.	2	
11.	Переход с шага на бег, изменение скорости, повороты	2	
12.	Спортивные и подвижные игры. Правила проведения игр.	2	
13.	Игры – Третий лишний, Круговая эстафета.	2	
14.	Комбинированные игры и эстафеты.	2	
15.	Общеразвивающие упражнения Упражнения для рук, ног и туловища без предметов. Техника выполнения упражнений.	2	
16.	Обычная Ходьба. Ходьба боком, ходьба с приставным шагом.	2	
17.	Ходьба на носках, ходьба спиной.	2	
18.	Координация в прыжках, и в прыжках в сочетании с бегом. Техника выполнения упражнений.	2	
19.	Прыжковые упражнения	2	
20.	Бег по наклонной дорожке. Полосы препятствий	2	
21.	Акробатические упражнения	2	

22.	Упражнения направленные на развитие гибкости	2	
23.	Упражнения для развития скоростных качеств.	2	
24.	Упражнения для развития быстроты реагирования на сигналы разного типа	2	
25.	Техника выполнения стартовой скорости с мячом и без мяча.	2	
26.	Техника выполнения дистанционной скорости	2	
27.	Стартовые рывки к мячу с ударом.	2	
28.	Бег змейкой между стойками.	2	
29.	Техника выполнения упражнений на выносливость.	2	
30.	Непрерывный бег равномерной или переменной интенсивности	2	
31.	Бег с ускорением 30 м.	2	
32.	Упражнения для развития силовых качеств. Техника выполнения упражнений	2	
33.	Упражнения с набивными мячами и гантелями.	2	
34.	Упражнения на тренажерах.	2	
35.	Техника выполнения упражнений со скакалкой.	2	
36.	Прыжки без продвижения вперед, с продвижением вперед	2	
37.	Техника владения мячом. Значение технического мастерства в футболе.	2	
38.	Перекачивание мяча поочередно меняя ноги.	2	
39.	«Увод» мяча от соперника	2	
40.	Удары по маленьким воротам	2	
41.	Техника ведения мяча.	2	
42.	Ведение мяча правой и левой ногой Комбинированное ведение мяча.	2	
43.	Основы технической подготовки в футболе.	2	
44.	Легкие удары по мячу разными частями стопы. «Связки» ведения мяча.	2	
45.	Ведение мяча по зигзагообразной линии с использованием передней части подошвы	2	
46.	Ведение мяча в ходьбе попеременно то правой, то левой ногой	2	
47.	Ведение мяча внутри центрального круга разными сторонами стопы	2	
48.	Ведение мяча правой ногой с последующим ударом по мячу в маленькие ворота	2	

49.	Овладение техникой ударов по мячу. Техника выполнения ударов.	2	
50.	Ведение мяча в движении	2	
51.	Удар по неподвижному мячу.	2	
52.	Удары по воротам.	2	
53.	Нападающие удары, удары-передачи мяча	2	
54.	«Связки» технических приемов. Значение в современном футболе.	2	
55.	Ведение мяча в парах.	2	
56.	Игра четверо против четверых.	2	
57.	Передачи мяча в парах с 5–8 м.	2	
58.	Обманные движения (финты). Особенности обманных движений.	2	
59.	Финты в подвижных играх.	2	
60.	Финт против стоящего соперника.	2	
61.	Техника вратаря. Роль техники вратаря в футболе.	2	
62.	Стойка вратаря. Ловля мяча. Техника приема мяча в падении.	2	
63.	Тактика приемов, передач и перехвата мяча	2	
64.	Комбинации в парах- стенка	2	
65.	Тактика защиты.	2	
66.	Совершенствование в перехвате мяча.	2	
67.	Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча.	2	
68.	Тактика вратаря. Организация построения стенки.	2	
69.	Правила проведения соревнований.	2	
70.	СОРЕВНОВАНИЯ	2	
71.	СОРЕВНОВАНИЯ	2	
72.	ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ	2	

5. Методические и оценочные материалы

Методические материалы

Для организации обучения используются различные методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- Методы обучения:

словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция),

наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение), показ (выполнение) педагогом, работа по образцу,

практический (выполнение спортивных контрольных нормативов.)

- Методы, в основе которых лежит уровень деятельности обучающихся:

объяснительное - иллюстративный – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;

репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;

частично-поисковый – участие обучающихся в коллективном поиске, совместно с педагогом;

- Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

- объяснительно-иллюстративный;

- репродуктивный;

- проблемный;

- частично-поисковый или эвристический;

- фронтальный – одновременная работа со всеми обучающимися;

- индивидуально - фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;

Формы организации образовательного процесса:

- групповой – организация работы в группах;

- индивидуальный – индивидуальное выполнение спортивных заданий.

При организации занятий используются методы активного обучения, направленные на развитие у обучающихся самостоятельного творческого мышления и способности решать нестандартные задачи. Цель обучения – не просто овладеть знаниями, навыками и умениями, но и развитие умений мыслить, культуры мыслительной творческой деятельности, формирование общекультурных компетенций.

В работе используются все виды деятельности, развивающие личность: игра, труд, познание, умение, общение, соревновательный дух.

При этом соблюдаются следующие правила:

- виды деятельности должны быть разнообразными, социально значимыми, направленными на реализацию личных интересов членов группы;

- учитываются основные черты коллективно деятельности: разделение труда, кооперация обучающихся, взаимозависимость, общее сотрудничество.

При определении содержания деятельности учитываются следующие принципы:

-воспитывающего характера спортивного труда;

-научности (соблюдение строгой технической терминологии, символики, установленной размерности);

- связь теории с практикой (практике отводится более 80% учебного времени);
- систематичности и последовательности;
- доступности и посильности;
- сознательности и активности;
- наглядности;
- прочности овладения знаниями и умениями (достигается реализацией всех вышеперечисленных принципов);

Можно выделить положения образовательного процесса:

- обязательное формирование у обучающихся положительной мотивации к спортивной деятельности;
- получение ими новой информации, новых знаний при решении конкретных, спортивно-практических задач;
- обретение трудовых умений и навыков без принуждения;
- занятость каждого обучающегося в течение всего занятия.

Педагогические приёмы:

- формирование взглядов (убеждение, пример, разъяснение, дискуссия);
- организация деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, требование);
- стимулирование и коррекция (поощрение, похвала, соревнование, оценка, взаимооценка);
- сотрудничество, позволяющее педагогу и обучающемуся быть партнерами в процессе образования;

Дидактические средства:

- Тематическая подборка материалов к презентациям;
- Видео, аудио материалы об известных баскетболистах;
- Видео материалы спортивных соревнований;
- Разработки открытых занятий;
- Художественные фильмы с участием великих спортсменов-футболистов;
- Мультимедийные материалы;
- Методические разработки занятий.

Информационные источники

Для педагога:

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 2018. – 222 с.
2. Андреев СЛ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2018. - 144 с.
3. Богин М.М.Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 2015.

4. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2018. – 272 с.
5. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: советский спорт, 2015.-336 с.
6. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., Кулин Н.А., Российский С.А. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2014. – 160 с.: ил.
7. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.-М.: Олимпия,2017.- С.10-12.
8. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2017. (1 этап 8-10) – 111 с., (2 этап 11-12 лет) – 204 с.
9. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2016. – 176 с.
10. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. – М.: ООО «издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2014. – 160 с.: ил. – (для мальчиков).
11. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советскийспорт, 2018.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2015. – 128 с.

Для обучающихся:

1. Волейбол. Правила соревнований. Москва. «Физкультура и спорт» 2014.
2. Клещёв Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный футболист. Москва. «Физкультура и спорт» 2018.
3. Литвинов, Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. – М.: Просвещение. 2019.
4. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е. Любимирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2018.
5. Эйнгорн А. Н. 500 упражнений для волейболистов. Москва. «Физкультура и спорт» 2019.

Интернет-ресурсы:

1. Сайт Министерства спорта Российской Федерации <http://sport.minstm.gov.ru>
2. Официальный сайт Министерства образования и науки РФ – <http://www.minsport.gov.ru>
3. Сайт Российского футбольного союза – <https://rfs.ru/>
4. Страница Программ РФС – <https://rfs.ru/subject/1/projects>

5. Сайт Олимпийского комитета России – <http://www.olympic.ru/>
6. Электронная библиотека образовательных и научных изданий Iqlib – www.iqlib.ru..ru/

Оценочные материалы

Способы проверки ожидаемых результатов: устный опрос, анкетирование, тестирование (предметное, педагогическое), открытые занятия, спортивные игры, рефераты, творческие работы, участие в соревнованиях.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся виды контроля:

- входная диагностика, организуемая в начале обучения - оценка стартового уровня образовательных возможностей и развития обучающихся;
- текущий контроль - оценка уровня и качества освоения программы и личностных качеств обучающихся, определения степени творческой, исследовательской деятельности, осуществляется на занятиях в течение всего учебного года, проводится с целью определения степени усвоения учебного материала, внесения необходимых корректив в методику образовательной деятельности по итогам изучения тем;

- промежуточная аттестация - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы, проводится 2 раза в год (в декабре за 1-е полугодие, в мае за 2-е полугодие).

Промежуточная аттестация проводится с целью установления:

- соответствия результатов освоения программы заявленным задачам и планируемым результатам обучения;
- соответствия организации образовательного процесса по реализации программы установленным требованиям к порядку и условиям реализации программ.

- итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеразвивающей программы по завершению всего периода обучения.

Итоговый контроль проводится по программе с целью определения изменения уровня развития обучающихся, их творческих способностей.

В ходе освоения программы применяются следующие методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов практических занятий, итоговый спектакль.

Оценка результатов производится с помощью параметров и критериев.

Критерии оценивания прилагаются к каждой из форм контроля.

Результаты входной диагностики фиксируются в Карте входного контроля (приложение 1).

Формы текущего контроля на занятиях фиксируются педагогом в мониторинговых картах, где отражаются уровни освоения материала (приложение 2).

Формы проведения текущего контроля определяются педагогом дополнительного образования:

Практическая работа

Устный опрос

Тестирование

Устная проверка знаний

Участие в спортивных играх

Сдача контрольных нормативов

Наблюдение

Беседа

Диагностика

Соревнования

Анкетирование

Выполнение контрольных спортивных нормативов, как форма текущей аттестации, проводится по итогам Раздела № 2 (приложение 3).

Мониторинг контрольных испытаний по общефизической подготовке, специальной подготовке, технической подготовке (текущий контроль) проводится в соответствии с (приложением 4, приложение 5).

Тестирование проводится по Разделу №1 (приложение 6)

Спортивная учебная игра, как форма проведения текущей аттестации, проводится по итогам Раздела № 6.

Проверка результативности образовательной деятельности освоения заключается в подготовке и участии в спортивных играх, соревнованиях, спортивных спартакиадах, в результатах выполнения контрольных спортивных нормативов.

Результативность образовательной деятельности отслеживается педагогом по итогам каждой темы, фиксируется в диагностических листах.

Диагностические листы позволяют фиксировать при проведении промежуточной аттестации педагогические наблюдения за процессом обучения и личностного развития каждого обучающегося согласно выделенным критериям.

Они заполняются по итогам полугодия (приложение 7).

Способы проверки результативности.

- Участие в соревнованиях, спортивных играх.
- Открытые занятия.

При проведении промежуточной аттестации обучающихся в целях осуществления единого подхода и проведению сравнительного анализа применяется 10-бальная система оценивания по каждому из 3-х критериев:

- личностные результаты;
- метапредметные (общеучебные) умения и навыки;
- предметные знания и умения.

Итоговый контроль проводится в форме Товарищеской встречи - соревнования. Результативность образовательной деятельности в конце учебного года фиксируется в Диагностическом листе (приложение 8).

Заполняется Протокол результатов итоговой аттестации обучающихся (приложение 9).

«Карта входного контроля»

Объединение _____

Ф.И.О. педагога дополнительного образования _____

Форма контроля _____

Дата заполнения _____

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Параметры оценки			Уровень подготовки
		коммуникативные навыки, память	творческие способности	знания по анатомии, основы спортивных достижений	
1					
...					
15					

Критерии и система оценки:

- способность выполнять легкие задания соответствует среднему уровню подготовки;
- при затруднении в выполнении легких заданий уровень определяется как низкий;
- быстро и правильно выполненное задание, а также успех при выполнении дополнительных заданий (при ответе на дополнительные вопросы), говорит о высоком уровне подготовки.

Мониторинговая карта
для оценивания показателей критерия «Предметные знания и умения»
(текущий контроль)

Объединение _____

Фамилия, имя, отчество педагога _____

Фамилия, имя обучающегося _____

Тема _____

показатель	низкий уровень (0 баллов)	средний уровень (1 балл)	высокий уровень (2 балла)
объем усвоенных знаний	обучающийся владеет менее чем ½ объема знаний, предусмотренных ДОП	объем усвоенных знаний составляет более ½	освоен практически весь объем знаний, предусмотренных ДОП за конкретный период
осмысленность и правильность использования специальной терминологии	осмысленность и правильность использования специальной терминологии	обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой	специальные термины употребляет осознанно и в их полном соответствии с содержанием
соответствие практических умений и навыков программным требованиям	обучающийся овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков	объем усвоенных навыков и умений составляет более ½	обучающийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными ДОП
креативность, самостоятельность в разработке продукта творческой деятельности, оригинальность замысла	обучающийся в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания	обучающийся выполняет задания на основе образца	обучающийся выполняет практические задания с элементами творчества

выполнения задания			
умение осуществлять проектную или учебно-исследовательскую работу, оформлять результаты	работа выполнена не в полном объеме, с ошибками	работа выполнена в полном объеме, но есть технологические ошибки	работа выполнена в полном объеме, без технологических ошибок, аккуратно, проявлены фантазия и самостоятельность

Мониторинговая карта
Тестовые задания для оценки уровня физической подготовки.

(текущий контроль)

Уровень физической подготовки оценивается по показателям быстроты передвижения, динамической силы и прыгучести.

1. Быстрота передвижения оценивается по времени пробегания «елочкой» к 6 набивным мячам (медицинболам), расположенным на волейбольной площадке. Местом старта служит набивной мяч (медицинбол) «А», расположенный за серединой лицевой линии. В исходном положении высокого старта ступни ног за линией по команде «Марш!» учащийся касается рукой стартового мяча и начинает движение к мячу 1. Коснувшись рукой мяча, он возвращается к мячу «А» и после касания его направляется к мячу 2 и т. д. Учитывается лучший результат из двух попыток.

2. Динамическая сила оценивается посредством броска набивного мяча двумя руками из-за головы в прыжке с места. В исходном положении набивной мяч удерживается двумя руками на уровне пояса. По команде «Можно!», обучающийся из полуприседа взмахом рук с мячом выпрыгивает и заносит мяч за голову, после чего выполняет бросок. Учитывается лучший результат из трех попыток.

3. Для оценки прыгучести на стене в определенном месте зала делают метрическую разметку высотой 250—270 см для определения высоты поднятой руки, а к баскетбольному щиту прикрепляют маркированный лист картона, на котором отмерено расстояние от пола. Учитывается лучший результат из трех попыток.

Контрольные нормативы по общей физической подготовке

№	Упражнение	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
1.	Бег 30 м. (сек)	4,5	4,4	4,3	4,2	4,1
2.	Прыжок в длину с/м (см)	190	195	210	220	215
3.	Бег 500 м 1000 м	6,0	6,50	6,50	6,0	5,5

1. Бег 30 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей)

Тестирование проводится в спортивном зале. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт.

2. Прыжок в длину с места. Участник встает возле линии отталкивания, принимает исходное положение и выполняет прыжок. Результат определяется по ближайшей к линии отталкивания отметке (следу), оставленной любой частью тела с точностью до 1 см. Разрешается 3 попытки, в зачет идет лучшая. Результат не засчитывается в следующих случаях: заступ за линию и ее касание при отталкивании, отталкивание происходит не двумя ногами одновременно, а поочередно, прыжок выполнен с подскока.

3. Бег 500 м, 1000 м испытание проводится по общепринятой методике, старт высокий («стойка волейболиста»).

Контрольные нормативы по физической подготовке

№	Упражнение	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
1.	Челночный бег 5х6 м. (сек)	10,4	10,3	10,3	10,2	10
2.	Метание набивного мяча весом 1 кг двумя руками из-за головы стоя (см)	5	6	7	7	7

1. «Челночный» бег 5х6 м. «Челночный» бег, передвижение приставными шагами.

2. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов. Метание набивного мяча из-за головы двумя руками с активным движением кистей сверху вниз стоя на месте и в прыжке (бросать перед собой в площадку, гимнастический мат). Броски набивного мяча (1 кг) в прыжке из-за головы двумя руками через сетку.

Мониторинговая карта
Тестовые задания для оценки уровня общефизической, специальной и
технической подготовки.

(текущий контроль)

Содержание и методика проведения контрольных испытаний

Бег 30 м. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого. Челночный бег 30 м (5х6 м). На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

Челночный бег 30 м (3х10 м). Упражнение с такими же требованиями, как и предыдущее. Челночный бег 104 м. Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногой. Повернувшись на 180°, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метровой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта. Завершается упражнение рывком до 6-метровой отметки и возвратом к линии ворот. Достигнув той или иной отметки, обучающийся должен перед поворотом коснуться ее ногой.

Прыжок в длину с места. Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат. Отжимание в упоре лежа. Измерение проводится по общепринятой методике.

Бег 300 м. Проводится на стадионе. Результат испытуемого фиксируется по общепринятым правилам. Тест Купера. Проводится бег на стадионе в течение 12 мин. Фиксируется дистанция, которую испытуемый сможет преодолеть за это время.

Специальная и техническая подготовленность

Жонглирование мячом ногами. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Жонглирование мячом (комплексное). Испытуемый выполняет удары правой и левой ногой (различными частями подъема и сторонами стопы), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, в том числе не менее раза головой, правым и левым бедром.

Бег 30 м с ведением мяча. Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

Бег 5х30 м с ведением мяча. Упражнение выполняется так же, как и предыдущее. Финишировав, испытуемый каждый раз возвращается на старт. На это ему дается 25 с. Все старты выполняются с места. Сумма результатов пяти попыток определяет окончательный результат испытуемого.

Ведение мяча по «восьмерке». На поле стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки А к стойке Ц, обходит ее и движется к стойке Б. Обведя ее, он направляется к стойке В, огибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке Ц. Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке Г. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стойки А. Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.

Мониторинговая карта
Тестовые задания для оценки уровня общефизической специальной и
технической подготовки.

(текущий контроль)

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	Высокий 5 баллов	Средний 4 балла	Низкий 3 балла
1.	Скоростные ОФП	Бег 30 м (с) с высокого старта	5,6	6,0	6,5
		Бег 60 м (с) с высокого старта	12,1	12,4	12,5
2.	Координационные ОФП	Челночный бег 3 по 10м (с) с высокого старта	10,3	10,5	10,6
3.	Прыжковые ОФП	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги (см)	165	145	135
		Тройной прыжок с места отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с последующим поочередным отталкиванием каждой из ног (см)	328	322	280
		Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами (см)	10	9	8

4.	Выносливость ОФП	6-минутный бег (м)	950	1050	1150
5.	Силовые ОФП	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	6	4	2
6.	Гибкость СФП	Наклон вперед из положения сидя (см)	7	6	2
7.	Скоростные СФП	Бег 15 м (с) с ведением мяча	6,7	6,8	6,9
8.	Силовые СФП	Удары по мячу на дальность (м)	26	24	22
9.	Техническая подготовка	Удары на точность по воротам (м)	4	3	2
		Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (с)	9,7	9,9	10,1
		Жонглирование мячом (раз)	6	5	4

Упражнения оцениваются по бальной системе: 5,4,3 балла, все результаты ниже 3х баллов оцениваются 2 балла.

Обучающемуся, сдающему комплекс контрольных нормативов ОФП в зачет идут результаты четырех тестов (№1, №2, №3, №4, №5), итоговая сумма очков определяется четырьмя уровнями подготовленности:

Обучающемуся, сдающему комплекс контрольных нормативов СФП в зачет идут результаты двух тестов (№6, №7, №8), итоговая сумма очков определяется четырьмя уровнями подготовленности:

Обучающемуся, сдающему комплекс контрольных нормативов Технической подготовке в зачет идут результаты теста №9, итоговая сумма очков определяется четырьмя уровнями подготовленности:

Отлично: от 18-20 баллов

Хорошо: от 15-17 баллов

Удовлетворительно: от 12-14 баллов

Неудовлетворительно: от 11 и ниже

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней, и внешней частями подъёма), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности, без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром. Низкий - 15 раз, средний – 20, высокий – 25.

Тест - Футболисты посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Расстояние до ворот 10 метров. Низкий - 2 попадания, средний – 3, высокий – 4.

Тест - Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам. Выполняется с линии старта (30 м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой 4 стойки (первая стойка ставится в 10 метрах от штрафной площадки, а через каждые 2 м ставятся ещё 3 стойки) и, не доходя до штрафной, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. Если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Низкий - 12с, средний - 11с, высокий - 10с.

Упражнения для вратаря:

1. Удар по мячу с рук на дальность (разбег не более 4 шагов). Выполняется по коридору 10 метров. Низкий - 25 м, средний - 30 м, высокий - 35 м.

2. Вбрасывание мяча рукой на дальность. Выполняется по коридору шириной 3 метра, разбег не более 4 шагов. Низкий - 20 м, средний - 25 м, высокий - 28 м.

Тестирование по Разделу 1

(текущий контроль)

1. Совокупность телесных свойств человека и обусловленных или функциональных возможностей, сложившихся к тому или иному этапу индивидуального развития, — это его ... состояние:
 - а) физическое +
 - б) психическое
 - в) эмоциональное

2. В обязанности психолога входит:
 - а) разработка физических упражнений
 - б) организация психолого-образовательной работы со спортсменами и тренерами +
 - в) разработка оптимальных физических нагрузок

3. Комплекс мероприятий, направленных на решение наиболее общих психологических проблем спортсменов:
 - а) психологическое обеспечение спортивной деятельности
 - б) специальная психологическая подготовка
 - в) общая психологическая подготовка спортсмена +

4. Предположение о причинно-следственных связях в изучаемом объекте — это ... гипотеза:
 - а) объяснительная +
 - б) прогностическая
 - в) описательная

5. Позитивное эмоциональное состояние спортсмена перед соревнованием, характеризующееся оптимальным уровнем эмоционального возбуждения:
 - а) предстартовая апатия
 - б) предстартовая лихорадка
 - в) боевая готовность +

6. Высокочеловеческие спортсмены, обладающие большим техническим мастерством, но без достаточных нравственных устоев свой уход со спортивной арены, т.е. прощание с чемпионской славой и славой рекордсмена мира, воспринимают как:

- а) заслуженный отдых
- б) тяжелую личную трагедию +
- в) утрату физических сил

7. Наличие этих способностей предполагает способность к планированию и организации учебно-тренировочного процесса, а также прогнозирование и предвидение результатов собственной деятельности:

- а) коммуникативные
- б) организационные
- в) дидактические +

8. Нормальное психосоматическое состояние человека, отражающее его полное физическое, психическое и социальное благополучие и обеспечивающее полноценное выполнение трудовых, социальных и биологических функций:

- а) здоровье +
- б) здоровый образ жизни
- в) норма здоровья

9. В спортивной психологии выделяют ... вида эмоциональных состояний спортсменов:

- а) 4
- б) 2
- в) 3 +

10. Некоторыми из важнейших свойств личности, определяющими особенности поведения спортсмена в экстремальных условиях, являются:

- а) мотивационные установки спортсмена
- б) характерологические особенности личности
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

11. Определите, с какой наукой о спорте более всего связана спортивная психология:

- а) биомеханика спорта +
- б) педагогика
- в) генетика

12. Определите, с какой наукой о спорте более всего связана спортивная психология:

- а) физика
- б) физиология спорта +
- в) педагогика

13. Определите, с какой наукой о спорте более всего связана спортивная психология:

- а) спортивная гигиена +
- б) биология
- в) физика

14. Определите, с какой наукой о спорте более всего связана спортивная психология:

- а) генетика
- б) философия
- в) спортивная метрология +

15. Член команды, который ясно понимает задачи, стоящие перед командой в данном ответственном соревновании, видит пути их решения и действует на более высоком уровне по сравнению с остальными игроками, определяется как:

- а) лидер в спортивной команде +
- б) капитан спортивной команды
- в) тренер

16. Способность спортсмена определять длину дистанции без наличия разметки по ощущениям — это чувство:

- а) скорости
- б) дистанции +
- в) меры

17. Дидактические способности тренера:

- а) способности к соответствующей области наук (учебный предмет)

- б) способность к общению со спортсменами
- в) способности передавать учебный материал, делая его доступным +

18. «Аффект неадекватности» сопровождается обычно:

- а) эмоциональными переживаниями
- б) невротическими проявлениями +
- в) психологическими процессами

19. Комплекс мероприятий, направленных на специальное развитие и совершенствование систем психического регулирования спортсмена:

- а) специальная психологическая подготовка
- б) общая психологическая подготовка спортсмена
- в) психологическое обеспечение спортивной деятельности +

20. Чтобы приучить спортсменов преодолевать трудности, тренеры проводят:

- а) одноразовое повторение упражнений
- б) отдельные занятия в сложных условиях +
- в) психическую атаку

21. Соотнесите компонент структуры личности с его правильной характеристикой:

направленность личности

- а) избирательное отношение спортсмена к действительности +
- б) эмоциональная устойчивость, стремление к лидерству, склонность к риску, расчетливость, новаторство, самоконтроль, общительность, темперамент
- в) «Я» спортсмена, самосознание личности, саморегуляция и самоконтроль

22. Соотнесите компонент структуры личности с его правильной характеристикой:

черты характера

- а) в основном проявляются в уровне развития различных, характерных для определенного вида деятельности, психических качеств
- б) эмоциональная устойчивость, стремление к лидерству, склонность к риску, расчетливость, новаторство, самоконтроль, общительность, темперамент +
- в) эмоциональная устойчивость, стремление к лидерству, склонность к риску, расчетливость, новаторство, самоконтроль, общительность, темперамент

23. Соотнесите компонент структуры личности с его правильной характеристикой:

система самоуправления

- а) в основном проявляются в уровне развития различных, характерных для определенного вида деятельности, психических качеств
- б) избирательное отношение спортсмена к действительности
- в) «Я» спортсмена, самосознание личности, саморегуляция и самоконтроль +

24. Соотнесите компонент структуры личности с его правильной характеристикой:

способности

- а) эмоциональная устойчивость, стремление к лидерству, склонность к риску, расчетливость, новаторство, самоконтроль, общительность, темперамент
- б) в основном проявляются в уровне развития различных, характерных для определенного вида деятельности, психических качеств +
- в) «Я» спортсмена, самосознание личности, саморегуляция и самоконтроль

25. Негативное предстартовое состояние, характеризующееся пониженным эмоциональным возбуждением, вялостью, настроением астенического характера, ухудшением протекания психических процессов, что приводит к снижению физической активности:

- а) предстартовая лихорадка
- б) боевая готовность
- в) предстартовая апатия +

26. Эмоции и чувства победителя могут быть охарактеризованы испытываемой спортсменом гордости за:

- а) соперника
- б) себя, свою команду, свою страну +
- в) конкурента

27. К числу объективных условий спортивной деятельности относи(я)тся:

- а) общие требования спортивной деятельности
- б) специфические требования вида спорта
- в) оба варианта верны +
- г) нет верного ответа

28. Свойство выборочной совокупности воспроизводить характеристики генеральной совокупности:

- а) корреляция
- б) надежность
- в) репрезентативность +

29. Метод психологического воздействия на личность, который позволяет специалисту вызвать у спортсмена определенные чувства и состояния:

- а) внушение +
- б) мобилизация
- в) аутотренинг

30. Мотивы начальной стадии спортивной деятельности характеризуются:

- а) динамикой включения человека в новый двигательный режим, адаптацию к физическим нагрузкам и специфике отношений в спортивной группе
- б) формированием и развитием под знаком расширения отношений личности к команде, тренеру, самому себе, конкретному виду спорта +
- в) подчинением достижению успеха в спорте

Диагностический лист для проведения промежуточной аттестации

Объединение _____

Ф.И.О. педагога дополнительного образования _____

(1-е полугодие, 2-е полугодие) _____

№ п/п	Фамилия, имя обучающегося	Теоретическая подготовка			Практическая подготовка		
		Теоретические знания	Владение Теоретическими знаниями		Практические умения и навыки	Владение практическими умениями и навыками	
			2В	С		Н	В
1							
...							
15							

Всего аттестовано ____ обучающихся

Из них по результатам промежуточной аттестации показали:

Теоретическая подготовка

высокий уровень ____ чел. _____% от общего количества обучающихся

средний уровень ____ чел. _____% от общего количества обучающихся

низкий уровень ____ чел. _____% от общего количества обучающихся

Практическая подготовка

высокий уровень ____ чел. _____% от общего количества обучающихся

средний уровень ____ чел. _____% от общего количества обучающихся

низкий уровень ____ чел. _____% от общего количества обучающихся

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

высокий уровень (В) – обучающийся освоил на 80-100% объём знаний, предусмотренных образовательной программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;

средний уровень (С) – объём усвоенных знаний составляет 50-80%; сочетает специальную терминологию с бытовой;

низкий уровень (Н) – обучающийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных образовательной программой, как правило, избегает употреблять специальные термины.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

высокий уровень (В) – обучающийся овладел на 80-100% умениями и навыками, предусмотренными образовательной программой за конкретный период; не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества;

средний уровень (С) – объём усвоенных умений и навыков составляет 50-80%; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца;

низкий уровень (Н) – обучающийся овладел менее чем 50%, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения, в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания.

Диагностический лист**ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОСВОЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

для педагога ОДО «_____»
(название объединения)

Направленность _____

**Информационная карта освоения обучающимися дополнительной
образовательной общеразвивающей программы**

Название программы _____

Срок реализации, кол-во часов _____ Фамилия,

имя, отчество педагога _____ Фамилия, имя

обучающегося _____ Срок обучения по

программе _____

№ п/п	Параметры результативности освоения программы	Оценка педагогом результативности освоения программы 1 балл (низкий уровень)	Оценка педагогом результативности освоения программы 2 балла (средний уровень)	Оценка педагогом результативности освоения программы 3 балла (высокий уровень)
1	Опыт освоения теории			
2	Опыт освоения практической деятельности			
3	Опыт творческой деятельности			
4	Опыт эмоционально - ценностных отношений			

5	Опыт социально-значимой деятельности			
Общая сумма баллов				
Программа освоена на _____ уровне				

Обработка анкет и интерпретация результатов.

Оценка педагогом результативности освоения программы в целом (оценивается по общей сумме баллов):

1-4 балла – программа в целом освоена на низком уровне;

5-10 баллов – программа в целом освоена на среднем уровне;

11-15 баллов – программа в целом освоена на высоком уровне.

ПРОТОКОЛ
РЕЗУЛЬТАТОВ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

20___/20___ учебный год

Вид аттестации _____

Объединение: «_____»

Образовательная программа и срок ее реализации:

Срок обучения: _____

Кол-во обучающихся в группе: _____

ФИО педагога доп.образования: _____

Дата проведения аттестации: _____

Форма проведения: _____

Форма оценки результатов: уровень (высокий, средний, низкий)

Всего аттестовано _____ обучающихся.

Из них по результатам аттестации:

высокий уровень _____ чел.

средний уровень _____ чел.

низкий уровень _____ чел.

Члены аттестационной комиссии:

Подпись педагога _____

Заместитель директора по УВР _____

Заведующий ОДО _____

