

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
детей «Отраденская детско-юношеская спортивная школа»

принята:

на заседании педагогического совета

МБОУ ДОД «Отраденская ДЮСШ»

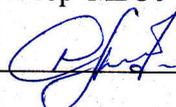
Протокол № 1 от 31.08.2015

Утверждена:

Приказом МБОУ ДОД «Отраденская ДЮСШ»

от «31» 08 2015 г. № 44

директор МБОУ ДОД «Отраденская ДЮСШ»

 А.М. Редин

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
ФУТБОЛ**

Возраст детей 6-15 лет

Срок реализации программы 1 год.

Автор:

Тренер-преподаватель по футболу

Дробинин Г.В.

г. Отрадное

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|--|----|
| 1. Пояснительная записка..... | 2 |
| 2. Учебно-тематический план..... | 6 |
| 3. Содержание изучаемого курса..... | 8 |
| 4. Организационно-педагогические условия реализации программы..... | 11 |
| 5. Планируемые результаты освоения..... | 13 |
| 6. Система оценки результатов освоения..... | 15 |
| 7. Техника безопасности на занятиях футболом..... | 17 |
| 8. Перечень информационного обеспечения..... | 19 |

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа по футболу (далее - программа) разработана в соответствии с Постановлением Правительства Российской Федерации от 28.10.2013 № 966 «О лицензировании образовательной деятельности», Федеральным Законом от 29.12.2012 г. 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказа Минспорта РФ от 27.12.2013 № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Зарегистрирован Минюстом России 27 ноября 2013 г. Регистрационный № 30468).

В основу учебной программы заложены основополагающие принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики. Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

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

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

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

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

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности

воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

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

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

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы

Основные задачи занятий в спортивно-оздоровительных группах - укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей; формирование стойкого интереса к занятиям спортом вообще; овладение основами техники выполнения обширного комплекса физических упражнений и освоение техники подвижных игр; воспитание трудолюбия; развитие и совершенствование физических качеств (с преимущественной направленностью на быстроту, ловкость и гибкость); достижение физического совершенствования, высокого уровня здоровья и работоспособности, необходимых для подготовки к общественно – полезной деятельности; отбор перспективных детей и молодежи для дальнейших занятий футболом.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;

- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Актуальность и новизна программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность обучающихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребенка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребенка. Успешность обучению футболу детей, прежде всего, обусловлено адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует тренер-преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребенка. Возрастные, половые и индивидуальные различия ребенка являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приемов техники футбола.

Программа рассчитана на 1 год обучения

Возраст обучающихся 6-15 лет

Минимальный возраст обучающихся 6 лет

Форма занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная.

Режим занятий: 3 раза в неделю по 2 часа.

**Численный состав занимающихся,
максимальный объём учебно- тренировочной работы
и требования по технико-тактической, физической и спортивной подготовке.**

| Год подготовки | Минимальный возраст для зачисления, лет. | Минимальное число занимающихся в группе. | Максимальное количество учебных часов в неделю. | Требования по технико-тактической, физической и спортивной подготовке на конец учебного года. |
|---------------------------------------|--|--|---|---|
| Спортивно-оздоровительный этап | | | | |
| 1 год | 6 | 15 | 6 | Контрольные испытания по физической подготовке |

Условия отбора обучающихся - принимаются все желающие, допущенные по состоянию здоровья врачом и заявлением от родителей.

Основные показатели выполнения программных требований на спортивно-оздоровительном этапе:

- стабильность состава занимающихся, посещаемость ими тренировочных занятий;
- динамика индивидуальных показателей развития физических качеств занимающихся;
- уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.

Учащиеся спортивно-оздоровительных групп допускаются к соревновательной практике только по личному желанию.

2. Учебно-тематическое планирование

| № п/п. | Разделы подготовки | Спортивно-оздоровительный этап |
|-----------|-------------------------------------|--------------------------------|
| | | 1 год 36 недель 6 часов |
| 1. | Теоретическая подготовка | 4 |
| 2. | Практическая подготовка | 212 |
| 3. | Общая физическая подготовка | 92 |
| 4. | Специальная физическая подготовка | 25 |
| 5. | Техническая подготовка | 40 |
| 6. | Тактическая подготовка | 11 |
| 7. | Игровая подготовка | 30 |
| 8. | Нормативы по ОФП | 4 |
| 9. | Общее количество часов в год | 216 |

Годовой план-график

годовой план-график подготовки игроков в футбол
в группах спортивно-оздоровительного этапа подготовки.

| Виды подготовки. | Часы | Месяцы. | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------|------|--------|
| | | Сентябрь | Октябрь | Ноябрь | Декабрь | Январь | Февраль | Март | Апрель | Май | Июнь | Июль | Август |
| Теоретическая подготовка. | 4 | 1 | | | 1 | | | 1 | | 1 | | | |
| Практическая подготовка: | 212 | | | | | | | | | | | | |
| Общая физическая подготовка | 92 | 10 | 10 | 11 | 10 | 9 | 10 | 11 | 11 | 10 | | | |
| Специальная физическая подготовка | 25 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | | | |
| Техническая подготовка | 40 | 5 | 4 | 5 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | | | |
| Тактическая подготовка | 11 | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | | | |
| Игровая подготовка | 30 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | | | |
| Интегральная подготовка | | | | | | | | | | | | | |
| Инструкторская и судейская практика | | | | | | | | | | | | | |
| Восстановительные мероприятия | | | | | | | | | | | | | |
| Нормативы по ОФП | 4 | | | | | 1 | 1 | | | 2 | | | |
| Участие в соревнованиях | 10 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | | | |
| Всего часов: | 216 | 25 | 24 | 24 | 23 | 21 | 23 | 28 | 24 | 24 | | | |

3. Содержание изучаемого курса

I раздел. Основы знаний по футболу

- Развитие футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

- Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

- Строение и функции организма человека:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

- Профилактика травматизма при занятиях футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

II раздел.

На спортивно-оздоровительном этапе подготовки

Общая и специальная физическая подготовка

Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперед, сведение рук вперед и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса, круговые движения туловища с различным положением рук. Полуприседание и приседание с различным положением рук. Выпады вперед, назад и в стороны с наклонами туловища.

Упражнения с набивными мячами (массой 1-2 кг.).

Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед с мата. Два кувырка вперед. Длинный кувырок вперед.

Упражнения в висах и упорах. Из виса хватом сверху подтягивание. Из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег медленный до 20 минут. Бег 300 метров. Прыжки с места в длину. Прыжки с разбега в длину.

Подвижные игры. “Борьба за мяч”, эстафеты с бегом.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощенным правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу рывки на 5-10 метров из различных исходных положений.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15-30 метров. Бег “Змейкой” между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить скорость или остановиться.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, головой.

Техника игры в футбол.

Классификация и терминология технических приемов игры в футбол. Прямой и резанный удар по мячу. Точность удара. Траектория полета мяча после удара. Анализ выполнения технических приемов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановка мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью. Анализ выполнения технических приемов вратаря: ловли, отбивание кулаком, броска мяча рукой; падание перекатом; выбивание мяча с рук.

Техника передвижения. Бег по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево, вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега.

Удары по мячу ногой. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткие и средние расстояния. Удары на точность: в ноги партнеру, ворота, цель, на ходудвигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру.

Остановка мяча. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперед и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы: по прямой меняя направления.

Обманные движения (финты). Обучения финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью определить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе с шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнеру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижения в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего на встречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке (с места и разбега). Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой: с земли и с рук на точность.

Тактика игры в футбол

Понятия о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Индивидуальные и групповые технические действия. Командная тактика игры в “Малый футбол”.

Практические занятия. Упражнения для развития умения “видеть поле”. Выполнения заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг в право или в лево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой. Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тактика нападения

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать на действия партнеров и соперника.

Индивидуальные действия с мячом. Использование изученных способов ударов по мячу. Применения необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.

Групповые действия. Взаимодействия двух и более игроков. Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начало игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.

Тактика защиты

Индивидуальные действия. Правильно выбрать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча. Умение оценивать игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинации “стенка”. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от “угла удара”. Разыграть удар от своих ворот. Ввести мяч в игру (после ловли). Занимать правильную позицию при угловом, штрафном ударах вблизи ворот.

4. Организационно – педагогические условия реализации образовательной программы

Гармоничное развитие обучающихся, всестороннее совершенствование их двигательных и психо-физиологических способностей, укрепление здоровья, привитие навыков, позволяющих в дальнейшем заниматься спортом всю жизнь, поддерживая тем самым свое физическое состояние – **главная цель обучения детей на спортивно-оздоровительном этапе подготовки футболу.**

В построении программ для детско-юношеских спортивных школ, где проводится основная спортивная работа с детьми от 6 до 15 лет, в настоящее время специалисты придерживаются следующей классификации этапов подготовки:

- спортивно-оздоровительный;
- начальной подготовки (НП);
- учебно-тренировочный (УТ);
- спортивного совершенствования;
- высшего спортивного мастерства.

Каждый этап решает свои специфические задачи, которые находятся в тесной взаимосвязи с главной целью всего многолетнего тренировочного процесса, направленного на достижение высоких спортивных результатов.

Программа рассчитана на 216 часов с проведением занятий 3 раза в неделю, с продолжительностью тренировочного занятия 1,5 часа. Срок реализации программы 1 год. Наполняемость группы – минимум 15 человек.

Форма организации детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально-игровая.

Форма проведения занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

Форма и способы проверки результативности учебно-тренировочного процесса:

Основной показатель работы отделения по футболу - выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, интегральной, теоретической подготовленности, физического развития.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Тренеры-преподаватели отделения используют варианты тестов и контрольных упражнений.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла 3 раза в год.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Кадровое обеспечение: тренеры - преподаватели, имеющие среднее и высшее специальное образование, имеющие опыт работы с детским коллективом, обладающие знаниями и практическими умениями вида спорта футбол, стремящиеся к профессиональному росту.

Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, DVD- записи спортивных игр и соревнований с участием ведущих команд Мирового футбола, методические разработки в области футбола.

Материально техническое обеспечение: спортивный зал, стадион с футбольным оборудованием:

- Футбольные ворота - 2 шт.;
- футбольные мячи - 20 шт.;
- стойки футбольные - 10 шт.;
- скакалки - 20 шт.;
- мяч волейбольный - 2 шт.;
- жгуты, экспандеры - по 4 шт.
- фишки переносные - 20 шт.
- накидки - 20 шт.
- мячи мини-футбольные - 10 шт.
- флажки угловые - 4 шт.
- планшет магнитный
- сетка для мячей
- компрессор для накачивания мячей

- игровая форма двух цветов

5. Планируемые результаты освоения образовательной программы

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия футболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях футболом стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Футбол развивает такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в футболе способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Футбол позволяет выразить себя как индивидуально, так и игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения программы, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом активное использование футбола в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по футболу.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по футболу.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности футбола;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в футболе;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в футболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по футболу.

К концу обучения обучающиеся овладеют следующими умениями и навыками

Будут знать:

- технику безопасности на занятиях футболом;
- историю развития футбола в России;
- влияние физических упражнений на строение и функции организма человека;
- гигиену, закаливание, режим и питание спортсменов.
- правила соревнований по футболу.

Уметь:

- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами футбола;
- знать основы судейства;
- уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также с группой товарищей;
- активно сотрудничать с другими детьми на занятии, проявлять положительные эмоции при двигательной активности;

Демонстрировать:

- технические и тактические действия игры в футбол, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

Также:

- овладеют навыками общения в коллективе, разовьют коммуникабельность;

смогут принимать участие в обсуждении учебных проблем и обосновывать свою позицию;

- воспитают нравственные и волевые качества.

- смогут проанализировать и оценить достоинства и недостатки собственной деятельности;

- приобретут социальные знания и опыт;

При правильно организованном педагогическом процессе у обучающихся закрепляется положительный настрой на занятия физической культурой вообще и футболом в частности.

6. Система оценки результатов освоения образовательной программы

Анализ результативности проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Программа предусматривает начальную, промежуточную и итоговую оценку результатов обучения.

Начальная оценка проводится в октябре и включает в себя:

тестирование по общей физической подготовке направленное на определение исходного уровня общей физической подготовленности детей.

Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она проводится в январе и включает в себя:

- тестирование по общей физической подготовке;

- тестирование по технической подготовленности;

- анкетирование для оценки мотивации и личностных характеристик детей

(нами разработана анкета - Приложение 2).

Итоговая аттестация проводится в мае и включает в себя ту же оценку контроля, что и промежуточная аттестация.

Итак, к концу учебного года мы сможем оценить показатели ОФП; техническую подготовленность по техническим приёмам и педагогическую целесообразность учебно-тренировочного процесса, путём анкетирования группы с расчётом среднего результата и сравнения промежуточных и итоговых результатов.

Анкетирование позволит оценить:

- мотивы занятия футболом, связанные с самоутверждением в спорте;
- объективную самооценку, коммуникативные качества, эмоциональную устойчивость, самоконтроль;
- личностные качества.

В дополнение к этому в течение учебного года составляется портфолио достижений группы, которое позволяет оценить успешность соревновательной деятельности детей. По окончании года проводится родительское собрание для подведения итогов, с последующим совместным анализом, высказываниями и пожеланиями родителей.

На спортивно-оздоровительном этапе стоят задачи формирования у занимающихся устойчивого интереса к занятиям настольным теннисом, воспитание чувства необходимости занятий физической культурой и спортом, желания стать здоровым человеком, бодрым, сильным, выносливым.

В процессе занятий следует отмечать наиболее дисциплинированных, активных, быстрых, ловких, с хорошей координацией движений, внимательных, умеющих оценивать игровую ситуацию и быстро принимать решение, стремящихся быть лидерами.

7. Техника безопасности на занятиях футболом

1. Общие требования безопасности

- 1.1. К проведению учебно-тренировочного занятия по футболу допускается тренер-преподаватель, прошедший ежегодную медицинскую комиссию и инструктаж по технике безопасности.
- 1.2. Опасные факторы:
 - травмы при падении на скользком, твердом или неровном поле (покрытии);
 - слабо закрепленные ворота, крючки для сетки;
 - выполнение тренировочного задания без разминки.
- 1.3. Раздевалки, спортивный зал должны быть обеспечены огнетушителями и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
- 1.4. Правильная организация и проведение тренировочных занятий.
- 1.5. Последовательное и прочное освоение воспитанниками технико-тактических действий и защитных приемов.
- 1.6. После проведения учебно-тренировочных занятий по футболу принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2. Требования безопасности перед началом занятия

- 2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь (кеды, бутсы, кроссовки).
- 2.2. Проверить санитарно-гигиенические условия в местах занятий.
- 2.3. Проверить исправность спортивного инвентаря и оборудования. Ворота, стойки, ограждения стен должны быть без острых углов.
- 2.4. Ознакомить воспитанников с правилами поведения и техникой безопасности во время проведения учебно-тренировочного занятия.
- 2.5. Проверить состояние здоровья воспитанников перед тренировкой.

3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. Правильное проведение разминки с соответствующей подготовкой мышечного и связочно-суставного аппаратов к работе.
- 3.2. Не выполнять технических действий без тренера-преподавателя, а также без страховки.

- 3.3. При занятиях на открытой площадке обеспечить условия, препятствующие переохлаждению дыхательных путей, т.е. при низкой температуре дышать через шарф, ватно-марлевую маску и т.д.
- 3.4. Для избежания травмы надкостницы проводить занятия в щитках, шипы должны соответствовать стандарту.
- 3.5. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
- 3.6. При ударах по воротам не стоять на траектории полета мяча.
- 3.7. При использовании вспомогательных средств (стойки, малые ворота, барьеры) соблюдать меры предосторожности.
- 3.8. При силовых единоборствах контролировать правила игры в футбол.
- 3.9. Соблюдать дисциплину на занятиях.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать воспитанников из спортивного зала и сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть по телефону 01. Приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.
- 4.2. При получении воспитанником травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

- 5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

8. Перечень информационного обеспечения

8.1. Список литературы

1. Банников С.Е., Минязев Р.И., Босоногов А.Г., Стаин Н.А. Футбол: Учебно-методическое пособие. – Екатеринбург, 2006.
2. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., М.: Издательский центр «Академия», 2001 – 408 с.
3. Шестаков М.М. Футбол: Комплектование команды на игру: Учебно-методическое пособие. – Краснодар, 1993.- 30с.
4. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Эй, вратарь, готовься к бою!: Подготовка юного вратаря // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1998.-№2.
5. Иванова Г.И. О построении ударного взаимодействия ноги с мячом в футболе // Теория и практика физической культуры. – 1993.-№1.
6. Карапетян Г.Р. Как маленькие бразильцы: Обучение младших школьников элементам техники футбола // Физ. культура в школе. – 1990.-№6.
7. Монаков Г.В. Техническая подготовка футболистов. – М.: Офест, 1995. 128 с.
8. Методические рекомендации по подготовке футболистов разных возрастов. – М.,1990.-39с.
9. Поурочная программа для учебно-тренировочных групп и групп спортивного совершенствования ДЮСШ СДЮСШ / под ред. тренера-методиста С.Н.Андреева, к.п.н. М.С. Полишкиса, Н.М. Люкшинова, Б.П. Шамардина. – М.,1986.
10. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет / Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. – М.: Граница, 2008. – 272с.
11. Система подготовки спортивного резерва. – М., 1999.
12. Спортивные игры. Техника, тактика, обучение: учебник / под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова – М.: АСАДЕМІА, 2001, 520 с.