

**Пояснительная записка**

Футбол содействует разностороннему физическому развитию, стимулирует деятельность нервной, сердечно-сосудистой и дыхательных систем, значительно расширяет возможности опорно-двигательного аппарата. Повышенное воздействие физических нагрузок, переносимых организмом, занимающихся спортивным плаванием, способствует более высокому проявлению морально-волевых качеств, закаливает волю, воспитывает твердых характер. Это немаловажный фактор в повседневной жизни

**Новизна:**

 Программы заключается в том, что в ней введен раздел «Техническая и тактическая подготовка», благодаря чему введено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование технико-тактических приемов, что позволяет привлечь как можно больше учащихся к занятиям по плаванию и привить им любовь к этому виду спорта. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания.

Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка.

Успешность обучения футболу детей, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Возрастные, половые и индивидуальные различия ребёнка являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов техники футбола.

**Актуальность :**

Общеразвивающей программы «Футбол» состоит в решении проблемы более качественного физического развития детей посредством футбола, т.к. в основу программы положены нормативные требования по физической и технической подготовке, данные научных исследований и спортивной практики, опыт педагогов физической культуры и спорта.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры.

Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

Актуальность программы связанна с тем, что занятия положительно влияет на общее здоровье и укрепляет иммунитет.

**Практическая значимость:**

- создание необходимых условий, содействующих формированию потребности в здоровом образе жизни через внедрение технологии личностно — ориентированного обучения во внеурочной деятельности.

**Отличительной особенностью данной дополнительной образовательной программы :**

В первые в настоящей программе предусмотрены занятия с детьми разного уровня подготовленности и физического развития. Данная программа определяет оптимальное соотношение разносторонней спортивной подготовки детей. Она представляет собой целостный комплекс воспитания, обучения и тренировки по плаванию. Разнообразие форм и методов проведения физкультурно-спортивных занятий улучшает эмоциональный фон тренировочной обстановки и способствует достаточному усвоению материала. Данной программы является упор на обучение детей различными видами плавания, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике , что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях сориентирует учащихся на достижение наивысших результатов.

Представленная программа рассчитана на 216 часов .

Периодичность занятий : 2 раза в неделю по 2 часа. Количество обучающихся в группе 15-20 человек.

 Программа «Футбол» адресована учащимся школы в возрасте 8-12 лет общеобразовательной школы, занимающихся в системе дополнительного образования.

**Психологические особенности обучающихся:**

создание благоприятных условий для оздоровления, закаливания и развития психических и физических качеств в процессе обучения плаванию и мотивация к здоровому образу жизни.

**Цель программы:**

 **закрепление детей интереса к спорту, пропаганда ЗОШ.**

**Задачи**

**Образовательные:**

формирование необходимых теоретических знаний;

обучение технике и тактике игры;

обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

**Воспитательные:**

воспитание моральных и волевых качеств;

выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;

формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;

формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

**Развивающие:**

развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно - силовых, координационных, выносливости, гибкости);

повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;

совершенствование навыков и умений игры

**Сроки реализации программы:**

- программа рассчитана на 36 недель ( 144 ч.)

 **Занятия проводятся** на стадионе школы. В спортивном зале.

**Принципы обучения:**

Принимая во внимание главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость, решения вышеназванных задач образования учащихся в области физической культуры и непосредственно в разделе «футбол », основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса; педагогика сотрудничества, деятельностный подход; интенсификация и оптимизация; соблюдение дидактических правил; расширение межпредметных связей.

**Принцип демократизации** в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей; построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем двигательных и психических способностей; изменении сути педагогических отношений, переход от подчинения к сотрудничеству.

**Гуманизация**педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Она строится в соответствии с наличным опытом и уровнем достижений школьников, их интересов и склонностей. Учителя обязаны предоставлять учащимся, разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества— идеи совместной развивающей деятельности индивидуальный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это переход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизациясостоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий плаванием на уроке и занятиях в секции; применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.);развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

В основу планирования учебного материала в логике поэтапного его освоения было положено соблюдение дидактических правилот известного к неизвестному и от простого к сложному.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры, учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, гигиены, физиологии, психологии и др.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы**

Тестирование

Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки

Соревнования.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе.

**Условия реализации программы:**

 **Особенности реализации программы:**

Реализация программы подразумевает использование технологии критического мышления. Основная форма теоретического занятия – беседа с элементами проблемно-поискового подхода, переходящая в дискуссию. Вопросы, на которые учащимся предстоит ответить в ходе занятия, формулируются таким образом, чтобы они позволяли создавать ситуации неожиданности, конфликта, предположения, опровержения.

Занятия футболом, способствует сохранению здоровья, развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно - силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, сохранению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

 Соревновательный характер , самостоятельность тактических, индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к плаванию. Эти особенности , 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, занятия плаванием, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

**Педагогическая целесообразность** - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

**Главные принципы реализации программы.**

1.Принцип безусловного принятия учащегося или воспитанника, когда его принимают таким, какой он есть, со всеми его плюсами и минусами.

 2.Принцип активности и самостоятельности учащегося или воспитанника. Подросток сам осуществляет свой выбор, сам выбирает активность и ее формы. Педагог подстраивается под него.

3.Принцип учета интересов и потребностей учащегося или воспитанника. В основе работы учитываются желания, потребности, интересы учащегося или воспитанника.

4.Принцип сотрудничества подростка и педагога, а не соревнования. Мы обмениваемся своим опытом, совместно реализуем свои желания. Взаимный обмен деятельностью ведет к тому, что мы все выигрываем.

5.Принцип обеспечения успеха каждому учащемуся. Личность растет от успеха к успеху. Мы создаем условия, чтобы они были адекватны развитию подростка и его опыту, чтобы он имел в них успех.

 **6.Принцип ответственности каждого –** и педагога, и подростка – за свое поведение.

**Для реализации программы** **необходимы** :

Иметь один спортивный зал, спортивную площадку и футбольное поле. Необходимо оснащение физкультурных залов специальным оборудованием чтобы реализовывать проведение секции по футболу.

Спортивные залы школы постоянно должны пополнятся новым оборудованием.

Комплекты инвентаря для занятий футболом: футбольные мячи, ворота, сетки, свисток, секундомер, наглядные пособия, маты гимнастические, и т.д.

**ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**Формы организации занятий**

-Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- Групповые учебно-тренировочные занятия.

- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

- Восстановительные мероприятия. -

- Участие в соревнованиях.

- Зачеты, тестирования.

- Конкурсы, викторины

1.Сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов общей, специальной физической, технической подготовленности обучающихся (для групп начальной подготовки).

2.Викторины по типу: «Веселые старты», «День здоровья».

3.Контрольные и товарищеские игры.

4.Первенства школы, города. Прием контрольных нормативов (промежуточная и итоговая аттестация обучающихся) проводится два раза в год: вначале учебного года (ноябрь) и в конце учебного года (апрель).

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

Выполнение рассчитано на 36 недель обучения для учащихся 8 — 12 лет. Программа рассчитана 6 часов в неделю.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Продолжительность** | **Периодичность занятий** | **Количество часов в неделю** | **Количество часов в год** |
|  40 мин. |  12 занятий в месяц |  6 час. |  216 час. |

**Личностное развитие детей** - одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека. Специфика воспитательной работы в школе состоит в том, что педагог дополнительного образования может проводить ее во время учебно- тренировочных занятий и дополнительно на спортивных мероприятиях школы.

**Воспитательные средства:** - личный пример и педагогическое мастерство педагога;

- высокая организация учебно-тренировочного процесса;

- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;

- дружный коллектив; - система морального стимулирования;

- наставничество старших. Основные организационно-воспитательные мероприятия:

- беседы с обучающимися (об истории Региона, истории спорта, РТ о здоровом образе жизни и т. д.);

- анкетирование обучающихся и родителей;

- встречи с выдающимися спортсменами;

- посещение спортивных праздников и соревнований школьного, районного и региональных уровней;

**Контроль и учет знаний и умений воспитанников.**

Основной показатель работы секции по футболу – выполнение в конце каждого года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно – качественных показателях физической, интегративной, теоретической подготовленности, физического развития, выступлений на соревнованиях.

Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2-3 раза в год.

В конце учебного года все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

**Прогнозируемые результаты:**

Критериями оценки достижения цели и задач, поставленных в данной программе, являются контрольные испытания по ОФП и СФП, результаты выступлений на соревнованиях. Кроме этого, во всех группах постоянно проводятся поединки в соревновательном варианте с целью выявления рейтинга каждого воспитанника. Использование метода рейтинговых оценок способствует отбору лучших спортсменов из числа воспитанников для выездов на соревнования высокого ранга. Исходя из поставленных задач и содержания образовательной деятельности, к окончанию года обучения учащиеся и воспитанники должны:

 - знать историю развития футбола;

- знать правила безопасности и эксплуатации оборудования и инвентаря;

- укрепить свою общефизическую подготовку;

- знать технику игры в футбол ;

 - получить начальные навыки игры в футбол;

 - уметь осуществлять судейство .

 Владеть системой упражнений подготовки мышц к работе в режиме нагрузок. Умение сосредотачиваться, концентрироваться при выступлениях на соревнованиях. Умения и навыки в оказании первой доврачебной помощи.

**Уровень знаний** - определяется тестированием и участием в различных соревнованиях.

**Формы подведения итогов реализации программы.**

Основными формами подведения итогов реализации программы являются: контрольные испытания, тестирование, соревнования.

**Методическая работа педагога:**

заниматься самообразованием;

повышать профессиональное мастерство;

посещать занятия других педагогов;

участвовать в педагогических чтениях, семинарах, педсоветах, конференциях, заседаниях М О педагогов дополнительного образования;

проводить открытые занятия;

подбирать материалы и задания к проведению школьных олимпиад;

проводить занимательно-познавательные мероприятия с учащимися.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Наименование раздела** | **Теоретическое кол-во часов** | **Практическое кол-во часов** | **Количество часов** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Правила гигиены. | 4 | - | 4 |
| 2. | Теоретические сведения. Оказание первой помощи . Название упражнений  | 7 | - | 7 |
| 3. | Удары мяча разными способами. Передачи мяча разными способами. | 8 | 30 | 38 |
| 4. |  Техника бега в футболе. Ведение мяча разными способами. Остановка мяча разными способами. | 10 | 38 | 48 |
| 5. | Обучение основным технические и тактические действиям. | 10 | 38 | 48 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика | 8 | 29 | 37 |
| 7. | Организация и участие в соревнованиях. | 10 | 20 | 30 |
| 8. | Итоговое занятие. | 2 | 2 | 4 |
|  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО :** | 59 | 157 | 216 |

**Содержание программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование тем** | **ТЕОРИЯ . ОРУ** | **ПРАКТИКА** |
| 1. | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Правила гигиены. | На первом занятии необходимо рассказать детям о технике безопасности и правилах поведения .Знать историю возникновения и развития футбола. Техника безопасности на занятиях футболом. | Комбинированные упражнения с перемещением из различных и.п.ОФП.Учебная игра. |
| 2-4 | Оказание первой помощи .  | Правила игры в футбол. Обучение стойкам и перемещениям футболиста. | ОФП. Бег 30 м. На результат. Различные стойки и перемещения футболиста. Специальные упражнения. Учебная игра. |
| 5-8 | Техническая и тактическая подготовка. |  Правила игры в футбол. Выполнить разогревающие упражнения: махи руками, наклоны, приседания (по 10-15раз). | Удары по неподвижному и катящемуся мячу.Удары внутренней стороной стопы. Жонглирование мячом. на координацию движений. |
| 9-11 |  Техническая и тактическая подготовка. | Знать гигиенические требования к одежде и обуви. Знать комбинированные упражнения. | Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары внешней частью подъема, удары внутренней частью подъема. Учебная игра |
| 12-15 | Техническая и тактическая подготовка.  | Обучение комбинированным упражнениям. |  Перепрыгивание через набивные мячи с отталкиванием от опоры двум ногами. Остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка мяча подошвой. Учебная игра. |
| 16-18 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | СУ. Прыжки и бег с изменением направления движения. Ведение мяча по прямой. Ведение мяча по кривой. Учебная игра. |
| 19-20 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Упражнения с набивными мячами. Выбивание и отбор мяча. Подкаты , отбор мяча, выбивание мяча. |
| 22-25 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Совершенствовать технику выбивания и отбора мяча. Игра вратаря, ловля высоко летящего мяча в прыжке, на уровне груди, катящегося в стороне . Отбивание мяча.Учебная игра. |
| 26-28 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать КСУ, КОРУ, ОФП. |  Прыжки со скакалкой. Основы техники и тактики игры, ведение мяча по прямой. Змейкой. Обманные движения ( финты).Учебная игра. |
| 29-33 | Техническая и тактическая подготовка. | Правила судейства игры в футбол. | Прыжки через скамейку, с поворотом на 360 .Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Учебная игра. |
| 34-36 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | СУ. Бег « фортлек» . Упражнения на развитие координации. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Учебная игра. |
| 37-40 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Упражнения на развития силы мышц ног. Основы техники и тактики игры, ведение мяча по прямой. Змейкой. Обманные движения .учебная игра. |
| 41-43 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать комбинированные упражнения. | СУ с футбольными мячами. Бег 30 м. С ведением мяча. Удар по мячу на дальность, м. (сумма ударов правой и левой ногой). Учебная игра. |
| 44-46 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать КСУ, КОРУ, ОФП. | Челночный бег. Прыжки на одной и двух ногах на дальность. |
| 47-50 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать Т.Б. в спортзале. Стойки и перемещения. | Перепрыгивание через набивные мячи с отталкиванием двумя ногами. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам. Учебная игра. |
| 51-53 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать гигиенические требования к одежде и обуви. Знать КСУ. | Прыжки и бег с изменением направления и скорости. Удары по мячу на точность попадания по воротам. Жонглирование мячом ( стопой .головой, бедром. Комбинации из освоенных элементов техники. |
| 54-56 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать гигиенические требования к одежде и обуви. Знать комбинированные упражнения. | Техника ведения мяча. Обучение технике ведения мяча внутренней и внешней частями подъема. Ознакомление с вбрасыванием и ловлей мяча на месте и в движении. |
| 57-60 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила игры в футбол. | Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 61-63 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техника ведения мяча. Продолжаем обучать элементарному владению мячом: ведение мяча разными способами. |
| 64-67 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 68-70 | Контрольный урок | Самоконтроль , из чего он состоит. | Обучение элементарным движениям с мячом: ведение мяча разными способами. |
| 71-72 | Контрольное занятие. Сдача нормативов | Знать КСУ, КОРУ, ОФП. | Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 72-74 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Техника ударов по мячу. Ознакомление с ударами по мячу ногой.Учебная игра |
| 75-76 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техническая подготовка.Обучение сочетать в связке несколько элементарных движений с мячом: сочетанию «ведение, удар внешней частью подъема».Учебная игра. |
| 77-78 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях.Учебная игра. |
| 79-80 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техническая подготовка.Обучение сочетать в связке несколько элементарных движений с мячом: сочетанию «ведение, удар внешней частью подъема».Учебная игра. |
| 81-82 | Техническая и тактическая подготовка. Правила соревнований. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника передач. Обучение техники передач мяча.Учебная игра. |
| 83-85 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Техническая подготовка.Продолжаем обучать владению мячом: контроль мяча в сочетании с защитой его от соперника. Осваиваем сочетание «ведение мяча и удар ногой по воротам». |
| 86 -87 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Продолжаем обучать владению мячом: контроль мяча в сочетании с защитой его от соперника. Осваиваем сочетание «ведение мяча и удар ногой по воротам». |
| 88-90 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать КСУ, КОРУ, ОФП. | Передачи мяча.Обучение выполнять короткие, средние передачи мяча в малых группах (из 2-х – 3-х игроков). |
| 91-92 | Техническая и тактическая подготовка. | Правила судейства игры в футбол. | Обучение выполнять короткие, средние передачи мяча в малых группах (из 2-х – 3-х игроков).Учебная игра. |
| 93-95 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Передачи мяча.Обучение выполнять короткие, средние передачи мяча в малых группах (из 4-х игроков).Учебная игра. |
| 96-98 | . Закрепление пройденного. Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях.Учебная игра. |
| 99-100 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Остановка мяча.Продолжаем обучать владению мячом: умение выполнить остановку мяча подошвой.Учебная игра. |
| 101-103 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Продолжаем обучать владению мячом: умение выполнить остановку мяча подъемом стопы.Учебная игра. |
| 104-105 | Закрепление пройденного. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техническая подготовка.Продолжаем обучать владению мячом: осваиваем ведение мяча внутренней частью подъема и остановку мяча внутренней стороной стопы. Повторяем технику бега (беговые упражнения). |
| 106-108 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать гигиенические требования к одежде и обуви. Знать КСУ. | Подготовка.Продолжаем обучать владению мячом: осваиваем ведение мяча внутренней частью подъема и остановку мяча внутренней стороной стопы. Повторяем технику бега (беговые упражнения). |
| 109-110 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать гигиенические требования к одежде и обуви. Знать комбинированные упражнения. | Техническая подготовка.Продолжаем обучать владению мячом: осваиваем ведение мяча внутренней частью подъема и ударам по мячу средней частью подъема. Развиваем координационные способности детей |
| 111-112 | Техническая и тактическая подготовка | Знать правила игры в футбол. | Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 113-115 | Закрепление пройденного | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техническая подготовка.Продолжаем обучать технике остановке мяча внутренней стороной стопы. Осваиваем умение выполнять связку «ведение и удар внутренней стороной стопы». |
| 116-117 | Техническая и тактическая подготовка. Ознакомительный . | Способы подсчета пульса. | Техническая подготовка.Освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема». |
| 118-120 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техническая подготовка.Освоение связки приемов «остановка движущегося навстречу мяча с последующим ударом по нему средней и внутренней частью подъема». |
| 121- 122 | Ознакомительный .Техническая и тактическая подготовка. | Знать КСУ, КОРУ, ОФП. | Реализация в соревнованияхумений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 123-125 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Повторный инструктаж по Т.Б. Освоение техники ударов по движущемуся мячу средней и внутренней частью подъема. Развитие координационных способностей и прыгучести. |
| 125-127 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 128-130 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Передачи мяча.Продолжаем обучать короткие, средние передачи мяча |
| 131-133 |  Контрольный | Самоконтроль , из чего он состоит. | ОФП. Выполнение нормативов.Реализация в играх и эстафетах умений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 134-135 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Ведения мячаОбучение технике ведения мяча ударами по нему. |
| 136-137 | Закрепление пройденного. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Ведения мяча .Обучение технике ведения мяча внутренней и внешней частями подъема стопы. |
| 138-140 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Передачи мяча. Повторяем короткие, средние передачи мяча |
| 141-142 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу серединой подъема стопы. |
| 143-145 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техника ударов по мячу.Обучение технике ударов по мячу внешней частью подъема. |
| 146-148 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу внутренней частью подъема из различных позиций. |
| 149-150 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу прямым подъемом. |
| 151--153 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу с отскока. |
| 154-155 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Реализация в соревнованияхумений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 156-157 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу головой (серединой лба, без прыжка). |
| 158-160 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу головой (серединой лба в прыжке). |
| 161-162 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу головой (серединой лба) |
| 163-165 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу головой (серединой лба) |
| 166-168 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Остановка мяча Обучение технике остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. |
| 169-170 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Остановка мяча Обучение технике остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. |
| 171-172 | Контрольный. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Внутренние соревнования.Прием контрольных нормативов |
| 173-175 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техника ударов по мячу. Обучение ударов в реальной игре, штрафные и угловые удары |
| 176-177 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Групповые тактические действия. Игра 2 против одного |
| 178-180 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Техника ведения мяча. Продолжаем обучать элементарному владению мячом: ведение мяча разными способами. |
| 181-182 |  | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техническая подготовка.Обучение сочетать в связке несколько элементарных движений с мячом: сочетанию «ведение, удар внешней частью подъема».Учебная игра. |
| 183-185 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу серединой подъема стопы. |
| 186-187 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу.Обучение технике ударов по мячу внешней частью подъема. |
| 188-190 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу внутренней частью подъема из различных позиций. |
| 191-192- | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу прямым подъемом. |
| 193-195 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу с отскока. |
| 196 -198 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Реализация в соревнованияхумений, приобретенных в тренировочных занятиях. |
| 199-200 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу головой (серединой лба, без прыжка). |
| 201-203 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Техника ударов по мячу. Обучение технике ударов по мячу головой (серединой лба в прыжке). |
| 204-205 | Техническая и тактическая подготовка. | Знать правила соревнований , ведение протокола. | Удары по неподвижному и катящемуся мячу.Удары внутренней стороной стопы. Жонглирование мячом. на координацию движений. |
| 206-208 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары внешней частью подъема, удары внутренней частью подъема. Учебная игра |
| 209-210 | Техническая и тактическая подготовка. | Способы подсчета пульса. | СУ. Перепрыгивание через набивные мячи с отталкиванием от опоры двум ногами. Остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка мяча подошвой. Учебная игра. |
| 211-212 | Техническая и тактическая подготовка. | Самоконтроль , из чего он состоит. | СУ. Прыжки и бег с изменением направления движения. Ведение мяча по прямой. Ведение мяча по кривой. Учебная игра. |
| 213-215 | Техническая и тактическая подготовка.5 | Знать КСУ, КОРУ, ОФП. | Упражнения с набивными мячами. Выбивание и отбор мяча. Подкаты , отбор мяча, выбивание мяча. |
| 216 | Контрольный урок | Знать правила судейства и соревнований. | Внутри школьные и муниципальные соревнования. Выполнение нормативов.Совершенствовать технику выбивания и отбора мяча. Игра вратаря, ловля высоко летящего мяча в прыжке, на уровне груди, катящегося в стороне . Отбивание мяча. |

**Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Год реализации****программы** | **I учебный период** | **II учебный период** | **III учебный период** | **IV учебный период** |  **Всего** |
| 9 месяцев | 8 недель | 9 недель | 10 недель | 9 недель | 36 недель |
| Кол -во часов. | 48 часов | 54 часа | 60 часов | 54 часа | 216 часов |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1.Футбольное поле.

2. Спортивный зал.

3. Футбольные ворота.

4. Футбольные мячи.

5. Инвентарь для проведения занятий (фишки, конусы, скакалки, утяжелители и т.д.).

6. Гимнастические маты.

7. Шведская стенка.

8. Комплекты индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная).

9. Секундомеры

10. Звуковая и видеоаппаратура

11. Видеоматериалы о технических приёмах в футболе.

12. Аптечка

**Нормативные документы**

Конституция РФ. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Приказ Минобрнауки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным Конвенция о правах ребенка, одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20.11 1989г.

еразвивающим программам».

Концепцией развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года;

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «О введении в действие санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4.3172-14»

Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки Минобрнауки России от 11.12.2006т№06-1844//Примерные требования к программам дополнительного образования детей.

Настоящая программа по плаванию составлена в соответствии с:

-Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" (29 декабря 2012 года №273-ФЗ),

концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 № 1726-р);

- порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Минобрнауки

России от 29 августа 2013 года № 1008);

- СанПиН 2.4.4.3172-14;

- указом Президента РФ от 29 мая 2017 года № 240 "Об объявлении в Российской Федерации десятилетия детства";

- стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от29 мая 2015 года № 996-р);

- приоритетным проектом "Доступное дополнительное образование для детей";

**Список использованной литературы**

* Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа. В 2 ч. Ч.2, 3-e изд. - М.: Просвещение (Стандарты второго поколения), 2010
* Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. - М.: Просвещение, (Стандарты второго поколения), 2010
* Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся, В. И. Лях, А. А. Зданевич; Волгоград: Учитель, 2012
* Внеурочная деятельность учащихся. «Футбол». Работаем по новым стандартам. Г.А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М .В. Маслов., М.: Просвещение, 2011
* Спорт в школе. Футбол. И. А. Швыков. «Терра спорт»., Москва 2002
* Шаг за шагом. Все о тренировке юного футболиста. М. Мукиан, Д. Дьюрст., М.: Астрель АСТ, 2007
* Общеразвивающие упражнения. И. П. Залетаев, С. А. Полиевский. Москва: «Физкультура и спорт», 2002
* Подвижные игры 1-4 классы, А. Ю.Патрикеев; Москва: ВАКО, 2007.
* Физическая культура. Упражнения и игры с мячами. Г. А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, Москва «Издательство НЦ ЭНАС» 2006

Физическая культура. Тестовый контроль 5-9 классы., В. И. Лях., М.: Просвещение, 2009