

Рассмотрено на заседании  
тренерского совета  
Протокол № 1  
от «28» августа 2020 г.

ПРОВЕРЕНО  
Руководителем СП «ДЮСШ»  
г.о. Октябрьск  
Погодин Погодин В.В.



**МОДУЛЬНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивной направленности  
по футболу**

Возраст обучающихся: 7-9, 10-14, 15-17 лет  
Срок реализации: 1 год (126 часов)

**Авторы-составители:**  
Сибирцев В.В.,  
Бендюк С.В.,  
Березин С.Е.,  
тренера-преподаватели

Октябрьск  
2020 год

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Краткая аннотация...3
2. Пояснительная записка ...3
3. Учебный план «ДОП» «Футбол»...10
4. Модуль «Теория. Общая физическая подготовка»....14
5. Модуль «Специальная физическая подготовка. Техническая и тактическая подготовка» ....21
6. Инструкторская и судейская практика. Соревнования. Контрольные испытания.....24
7. Методическое обеспечение....28
8. Список литературы.....37
9. Приложение 1. Календарно – тематические планы Модулей.....38

## **Краткая аннотация**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол» (далее - Программа) включает в себя 3 тематических модуля. В программе отражены основные задачи на спортивно-оздоровительном этапе, построение учебно-тренировочного процесса, распределение объемов основных средств и интенсивности тренировочных нагрузок за 1 год обучения юных футболистов. Учитывая особенности современного этапа развития спорта в целом и футбола в частности, программа охватывает основные методические положения и принципы работы с детьми и подростками, направленные на дальнейшую реализацию единой системы многолетней спортивной тренировки и обучения в ДЮСШ.

## **Пояснительная записка**

Программа «Футбол» является Модульной, составлена в соответствии с Нормативными основаниями для разработки **модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных в систему ПФДО.**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ)

Данная программа разработана на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных школ олимпийского резерва (авторы-составители: М.А.Годик, Г.Л.Борзнов, Н.В.Котенко, В.Н. Малышев, Н.А.Кулин, С.А.Российский), 2011.

Программа разработана на основе нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность, спортивных школ, в ней отражены основные принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований, опыт работы спортивных школ по футболу.

Программа служит основным документом для эффективного построения подготовки резервов квалифицированных футболистов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста.

В процессе обучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

**Направленность** программы «Футбол»: физкультурно-спортивная.

**Новизна** программа состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании по принципу блочно-модульного освоения материала и включает в себя региональный компонент, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории. Может быть использована с применением дистанционных образовательных технологий.

Данная программа является ознакомительной и рассчитана на весь период обучения на спортивно-оздоровительном этапе и предполагает первоначальное обучение основам по футболу.

**Отличительной особенностью** программы является применение конвергентного подхода позволяющие выстраивать обучение включающие в себя элементы нескольких

направленностей. Так же сокращен срок реализации программы за счет уменьшения количества учебных часов.

Данная программа составлена с использованием специальной литературы по обучению футболу. В программе задействованы методики обучения игре в футбол, которые на данный момент являются наиболее современными и используются при подготовке футболистов. Программа позволяет варьировать нагрузку ребенка (в зависимости от его физических возможностей), не теряя результат обучения. В программе используются принципы наглядности, доступности и индивидуализации.

**Педагогическая целесообразность** программы определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта. Благодаря занятиям физической культурой и спортом, обучающиеся приобретают общую и специальную физическую подготовку. Программа включает в себя спортивно-оздоровительный этап (СО). Эта форма работы охватывает всех желающих, основная задача - укрепление здоровья, физического развития и подготовленности, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта в процессе регулярных физкультурно-спортивных занятий.

Программа включает в себя учебный материал по основным видам подготовки, его распределение по модулям обучения. Рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок и содержание работы с юными футболистами, предусматривает воспитание интереса детей к спорту и приобщение их к занятиям футболом, начальному обучению технике и тактике; развитию физических качеств в общем плане и с учетом специфики игры футбол. Программа включает проведение практических и теоретических занятий.

**Цель программы:** развитие физических качеств, совершенствование двигательных умений и навыков в игре в футбол, подготовка юных спортсменов для реализации своих достижений в соревновательной деятельности.

**Задачи:**

- обучение основам техники и тактики игры;
- приобретение навыка в организации и проведении учебно-тренировочных занятий и соревнований.
- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому развитию;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими

упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории

**Возраст детей:** 7-9, 10-14, 15-17 лет. Наполняемость – 10 – 15 обучающихся в группе.

### **Возрастные особенности:**

**Дети в возрасте 7-9 лет.** Возраст детей от 7 до 9 лет считается самым подходящим для занятий в футбольной секции. Если тренировка детей по футболу 5-6 лет больше рассчитана на оздоровление, то у спортсменов постарше во время занятий осуществляется уже начальная подготовка. На первый план выходят индивидуальное обучение технике, развитие координации.

Тренировка детей по футболу 7-8 лет – это полноценная игра со своими законами и правилами. В этом возрасте уже готовят спортсменов, объясняя им принципы игры.

**Дети в возрасте 10-14 лет.** Возраст 10-12 лет, когда организм школьника развивается равномерно и стабильно и уже способен выдерживать определенные нагрузки. У ребят улучшается координация, они уже могут осваивать как простые, так и более сложные движения, перенимаемые путем копирования.

С позиций психологии в 10-12 лет хорошо развиваются наблюдательность, внимание и двигательная память, появляются первые «ростки» логического мышления. Цель спортивной подготовки в этот период – освоить игру в целом. Поэтому на тренировках больше внимания уделяется не физической подготовке, а освоению основ техники, коллективным формам занятий.

В организме подростка 13-14 лет происходят большие изменения, типичные как проявления переходного периода: быстрый физический рост нарушает гармоническое развитие органов; неуравновешенным становится поведение; появляется склонность к критическим суждениям в отношении взрослых. Это период, требующий особого внимания к ученикам, понимания и большого терпения в воспитательной работе.

Спортивную подготовку на этом этапе необходимо направлять на общее развитие функций организма. Интенсивность занятий – средняя. Категорическое условие: избегать перегрузок. Возраст 13-14 лет особенно благоприятен для развития скоростных данных и координации. Очень хорошо ребята 13-14 лет усваивают футбольную технику.

**Для развития детей 15 - 17 лет.** Обучение в этом возрасте строится над развитием скоростной выносливости и силы. Главенствующим в обучении является физическое состояние футболиста, то есть его готовность играть на высоком уровне.

**Сроки реализации:** программа рассчитана на 1 год обучения (126 часов в год– 3,5 академических часа в неделю).

**Режим занятия:** занятия проводятся 2-3 раза в неделю продолжительностью 45 минут с обязательным перерывом 10 минут. В зависимости от поставленных задач на занятии используются различные методы обучения:

- словесные (рассказ, объяснение, беседа),
- наглядные (иллюстрация, демонстрация, работа с фотографиями, просмотр и обсуждение видеофильмов),
- практические (отработка тактики).

**Формы организации деятельности:** коллективные (занятия), групповые (работа в парах), индивидуальные (работа с тренером - преподавателем).

1. Проведение теоретических занятий (лекции, беседы, просмотр и обсуждение графических изображений).
2. Проведение практических занятий (общая и специальная физическая подготовка, обучение основам техники и тактики).
3. Организация и учет контрольных упражнений.
4. Участие в спортивных соревнованиях.
5. Осуществление санитарно-гигиенического и врачебно-медицинского обследования, восстановительно-профилактические мероприятия.
6. Проведение воспитательных и культурно-массовых мероприятий (физкультурные и спортивные праздники).
7. Организация прохождения спортсменами судейской практики (помощь тренеру - преподавателю, проведение занятий с группой товарищей, судейство соревнований).

**Основной принцип работы объединения** – выполнение программных требований по физической, технической, тактической, теоретической подготовке, выраженных в количественных и качественных показателях. Основой подготовки обучающихся является универсальность в овладении технико-тактическими приемами игры футбол. Для успешного овладения программным материалом, сочетаются занятия с самостоятельной работой, которая реализуется обучающимися в виде заданий, разработанных тренером – преподавателем совместно с детьми.

В группах проводятся контрольные испытания по общей физической и технической подготовке.

**Формы обучения:** очная. Продолжительность учебного года: 36 недель. Данная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

**Ожидаемые результаты:**

У обучающегося будут сформированы:

- навыки общения в процессе познания;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях;
- установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации на результат.

Обучающиеся получат возможность для формирования:

- самостоятельности и личной ответственности;
- принятия ценностей других людей;
- этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- готовности к сотрудничеству и совместной познавательной работе в группе.

### ***Метапредметные результаты***

#### **Регулятивные**

Обучающиеся научатся:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- различать способы и результат действия.

Обучающиеся получат возможность научиться:

- самостоятельно делать выводы и ставить познавательные цели на будущее;
- определять под руководством педагога критерии оценивания задания.

#### **Познавательные**

Обучающиеся научатся:

- самостоятельно или в сотрудничестве с педагогом выявлять причинно-следственные связи;
- совместно с тренером - преподавателем или в групповой работе отбирать необходимые источники информации;

Обучающиеся получат возможность научиться:

- планировать свою работу по изучению незнакомого материала;
- самостоятельно делать выводы, перерабатывать информацию, преобразовывать её, представлять информацию;
- передавать содержание в сжатом, выборочном или развернутом виде.



## **Коммуникативные**

Обучающиеся научатся:

- сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи), выполняя различные роли в группе;
- отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета;
- критично относиться к своему мнению, уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций;
- участвовать в работе группы, распределять роли, договариваться друг с другом;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- четко формулировать и обосновывать свою точку зрения;
- стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- вставать на позицию другого человека;
- четко выполнять свою часть работы в ходе коллективного решения учебной задачи согласно общему плану действий, прогнозировать и оценивать результаты своего труда.

## **Критерии и способы определения результативности:**

### **- обучающиеся должны знать:**

- правила игры в футбол;
- правильность счет по партиям, ведение счета по протоколу;
- классификацию упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе;
- положение о соревнованиях, способы проведения соревнований (круговой, с выбыванием, смешанный);
- обязанности судей.

### **- обучающиеся должны уметь:**

- выполнять перемещения, передачи мяча
- выполнять прием и передачу мяча;
- выполнять прямую, боковую подачу на точность;
- выполнять обманные действия "скидки";
- выполнять падения.

### **- способы определения результативности:**

- педагогическое наблюдение,
- выполнение нормативом ОФП,
- участие в соревнованиях.

**Формы подведения итогов:** соревнования, дружеские встречи,

портфолио обучающихся.

### Учебный план ДОП «Футбол» для детей 7-9 лет

№ п\п	Наименование модуля	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Теория Общая физическая подготовка	42	10	32
2.	Специальная физическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка	42	8	34
3.	Инструкторская и судейская практика Соревнования Контрольные испытания	42	5	37
<b>ИТОГО:</b>		<b>126</b>	<b>23</b>	<b>103</b>

### Учебный план ДОП «Футбол» для детей 10-14 лет

№ п\п	Наименование модуля	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Теория Общая физическая подготовка	42	8	34
2.	Специальная физическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка	42	4	38
3.	Инструкторская и судейская практика Соревнования Контрольные испытания	42	5	37
<b>ИТОГО:</b>		<b>126</b>	<b>17</b>	<b>109</b>

### Учебный план ДОП «Футбол» для детей 15-17 лет

№ п\п	Наименование модуля	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Теория Общая физическая подготовка	42	5	37

2.	Специальная физическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка	42	4	38
3.	Инструкторская и судейская практика Соревнования Контрольные испытания	42	4	38
<b>ИТОГО:</b>		<b>126</b>	<b>13</b>	<b>113</b>

### Критерии оценки знаний, умений и навыков при освоении программы.

По завершению учебного плана каждого модуля оценивание знаний проводится посредством контрольных упражнений. Далее применяется трёх бальная система оценки умений и навыков обучающего- итоговая, выделяются три уровня низкий уровень, средний уровень, высокий уровень.

Уровень освоения программы низкий ребёнок освоил ниже 50% предусмотренных знаний, может выполнять лишь простые упражнения с помощью педагога.

Уровень освоения программы средний ребёнок освоил 50%-70% выполняет более сложные упражнения, путается в приёмах, делает с помощью педагога.

Уровень освоения программы высокий ребёнок освоил 70%-100% легко выполняет более сложные упражнения, приемы делает без помощи педагога.

Оценка ставится на суммарных составляющих по итогам освоения трёх модулей.

### КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

#### 7 ЛЕТ

№	Контрольные упражнения	юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	13,3	13,9	14,5	14,1	14,7	15,3
2	Многоскоки 5 прыжков	7,0	6,5	5,8	6,9	6,4	5,7
3	Бег 500 метров				2,25	2,35	2,50
	1000 метров	5,00	5,25	6,00			
4	Подтягивание в висе	3	2	1			
	Поднимание туловища за 30 секунд				18	16	13

#### 8 ЛЕТ

№	Контрольные упражнения	юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3

1	Челночный бег ,4*9 м	12,7	13,2	13,7	13,0	13,5	14,0
2	Многоскоки 5 прыжков	7,5	7,0	6,2	7,4	6,9	6,1
3	Бег 500 метров				2,20	2,30	2,45
	1000 метров	4,50	5,15	5,40			
4	Подтягивание в висе	4	3	1			
	Поднимание туловища за 30 секунд				19	17	14

#### 9 ЛЕТ

№	Контрольные упражнения		юноши			девушки	
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	11,8	12,3	12,8	12,6	13,1	13,6
2	Многоскоки 5 прыжков	8,0	7,5	6,8	7,9	7,4	6,7
3	Бег 500 метров				2,15	2,25	2,40
	1000 метров	4,40	5,05	5,30			
4	Подтягивание в висе	5	4	2			
	Поднимание туловища за 30 секунд				20	18	15

#### 10 ЛЕТ

№	Контрольные упражнения		юноши			девушки	
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	11,0	11,2	11,5	11,5	11,9	12,4
2	Многоскоки 5 прыжков	8,5	8,0	7,2	8,0	7,5	7,0
3	Бег 500 метров				2,05	2,15	2,30
	1000 метров	4,35	4,55	5,25			
4	Подтягивание в висе	6	4	2			
	Поднимание туловища за 30 секунд				22	20	17

#### 11 ЛЕТ

№	Контрольные упражнения		юноши			девушки	
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	10,2	10,7	11,5	10,5	10,8	11,6
2	Многоскоки 5 прыжков	9,0	8,5	7,5	8,5	8,0	7,3
3	Бег 500 метров				2,00	2,10	2,25
	1000 метров	4,30	5,00	5,30			
4	Подтягивание в висе	7	5	3			
	Поднимание туловища за 30 секунд				23	21	18

#### 12 ЛЕТ

№	Контрольные упражнения		юноши			девушки	
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	10,0	10,5	11,0	10,30	10,7	11,5
2	Многоскоки 5 прыжков	9,5	9,0	8,0	8,6	8,5	7,8
3	Бег 500 метров				2,00	2,08	2,20
	1000 метров	4,20	4,40	5,10			
4	Подтягивание в висе	8	6	4			
	Поднимание туловища за 30 секунд				24	22	20

## 13 ЛЕТ

Контрольные упражнения		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	9,8	10,30	10,8	10,1	10,5	11,3
2	Многоскоки 5 прыжков	9,8	9,5	8,5	9,0	8,5	8,0
3	Бег 500 метров				1,55	2,00	2,10
	1000 метров	4,10	4,30	5,00			
4	Подтягивание в висе	9	7	5			
	Поднимание туловища за 30 секунд				25	23	21

## 14 ЛЕТ

Контрольные упражнения		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	9,6	10,1	10,6	10,0	10,4	11,2
2	Многоскоки 5 прыжков	10,3	9,8	9,0	9,5	9,2	8,5
3	Бег 500 метров				1,50	1,57	2,05
	1000 метров	3,50	4,20	4,50			
4	Подтягивание в висе	10	8	5			
	Поднимание туловища за 60 секунд				38	33	25

## 15 ЛЕТ

Контрольные упражнения		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	9,4	9,9	10,4	9,8	10,2	11,0
2	Многоскоки 5 прыжков	10,8	10,3	9,5	10,8	9,5	9,00
3	Бег 500 метров				1,50	1,55	2,00
	1000 метров	3,40	4,10	4,40			
4	Подтягивание в висе	11	9	6			
	Поднимание туловища за 60 секунд				40	35	30

## 16 ЛЕТ

Контрольные упражнения		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	9,3	9,7	10,2	9,7	10,1	10,8
2	Многоскоки 5 прыжков	11,3	10,7	9,7	10,5	10,0	9,5
3	Бег 500 метров				1,50	1,55	2,00
	1000 метров	3,35	4,00	4,30			
4	Подтягивание в висе	12	10	7			
	Поднимание туловища за 60 секунд				40	35	30

## 17 ЛЕТ

Контрольные упражнения		юноши			девушки		
		5	4	3	5	4	3
1	Челночный бег ,4*9 м	9,2	9,6	10,1	9,8	10,2	11,0
2	Многоскоки 5 прыжков	11,8	11,0	10,0	10,8	10,5	10,0
3	Бег 500 метров				1,45	1,52	1,50
	1000 метров	3,30	3,50	4,20			
4	Подтягивание в висе	14	11	8			

	Поднимание туловища за 60 секунд				42	36	30
--	----------------------------------	--	--	--	----	----	----

### 1.Модуль «Теория. Общая физическая подготовка»

**Цель модуля:** создание условий для формирования интереса к спортивным занятиям по виду «Футбол».

**Задачи модуля:**

**Обучающие:**

- изучить основные исторические аспекты возникновения футбола, как вида спорта в России и в мире;
- изучить правила игры в футбол;
- изучить гигиенические знания и навыки юного спортсмена;

**Развивающие**

- сформировать интерес к регулярным занятиям физкультурой и спортом
- развить простейшие двигательные навыки;
- научить выполнять несложные спортивные движения, подготовительные для участия в игре «Футбол».

**Воспитательные**

- ознакомиться с правилами безопасности при проведении тренировок и привить необходимые на занятиях гигиенические навыки.

**Предметные ожидаемые результаты.**

*Обучающий должен знать:*

Правила и основные термины, используемые в футболе.

Инструктаж по технике безопасности.

*Обучающий должен уметь:*

Правильно выполнять физические упражнения.

Развить ловкость,быстроту реакции, скорость и т.д.

*Обучающий должен приобрести навык: развить простейшие двигательные навыки, научить выполнять несложные спортивные движения, подготовительные для участия в игре «футбол».*

#### Учебно-тематический план модуля «Теория. Общая физическая подготовка» для детей 7-9 лет

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	

1.	Тема: Физическая культура и спорт в России	2	1	1	Входящая диагностика, наблюдение, тестирование
2.	Тема: Приседание и резкое выпрыгивание	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Броски набивного мяча	2	0,5	1,5	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на одной ноге	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Тактические действия игроков	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Тактика в нападении	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Физические основы спортивной тренировки	2	1	1	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Баскетбол	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Эстафета с прыжками	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Игра «Гонка мячей»	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Тактика в нападении	2	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Тактика в защите	1,5	1	1	Наблюдение, беседа
13.	Тема: Взаимодействие полузащитников с защитниками	2	0,5	1,5	Наблюдение, беседа
14.	Тема : Удар ногой на точность	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
15.	Тема : Удар по мячу лбом	2	0,3	1,7	Наблюдение, беседа
16.	Тема : Прыжки на одной ноге	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
17.	Тема : Тактические действия игроков	2	0,5	1,5	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема : Броски набивного мяча	1,5	0,2	1,5	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема : Прыжки на одной ноге	2	0,2	2	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Тактические действия игроков	1,5	0,5	1	Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Тактика в нападении	2	1	1	Наблюдение, беседа

22.	Тема : Броски набивного мяча	1,5	1	0,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Контрольные нормативы ОФП	2	1	1	Наблюдение, беседа
24.	Тема: История развития футбола	1	1		Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1	0,2	0,8	
	Итого:	42	10	32	

**Учебно-тематический план модуля  
«Теория. Общая физическая подготовка» для детей 10-14 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Физическая культура и спорт в России	1	1		Входящая диагностика, наблюдение, тестирование
2.	Тема: Приседание и резкое выпрыгивание	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Броски набивного мяча	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на одной ноге	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Тактические действия игроков	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Тактика в нападении	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Физические основы спортивной тренировки	1	1		Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Баскетбол	2,5	1	1,5	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Эстафета с прыжками	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Игра «Гонка мячей»	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Тактика в нападении	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Тактика в защите	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
13.	Тема: Взаимодействие полузащитников с защитниками	2	1	1	Наблюдение, беседа
14.	Тема : Удар ногой на точность	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
15.	Тема : Удар по мячу лбом	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа



16.	Тема : Прыжки на одной ноге	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
17.	Тема : Тактические действия игроков	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема : Броски набивного мяча	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема : Прыжки на одной ноге	2	0,5	1,5	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Тактические действия игроков	1,5	1,5	0,5	Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Тактика в нападении	2	1	1	Наблюдение, беседа
22.	Тема : Броски набивного мяча	1,5	0,2	1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Контрольные нормативы ОФП	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
24.	Тема: История развития футбола	1,5	1,5		Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1		1	
	Итого:	42	8	34	

**Учебно-тематический план модуля  
«Теория. Общая физическая подготовка» для детей 15-17 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Физическая культура и спорт в России	1	1		Входящая диагностика, наблюдение, тестирование
2.	Тема: Приседание и резкое выпрыгивание	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Броски набивного мяча	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на одной ноге	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Тактические действия игроков	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Тактика в нападении	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Физические основы спортивной тренировки	2	1		Наблюдение, тестирование

8.	Тема: Баскетбол	1,5	1	1,5	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Эстафета с прыжками	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Игра «Гонка мячей»	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Тактика в нападении	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Тактика в защите	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
13.	Тема: Взаимодействие полузащитников с защитниками	2	1	1	Наблюдение, беседа
14.	Тема : Удар ногой на точность	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
15.	Тема : Удар по мячу лбом	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
16.	Тема : Прыжки на одной ноге	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
17.	Тема : Тактические действия игроков	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема : Броски набивного мяча	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема : Прыжки на одной ноге	2	0,5	1,5	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Тактические действия игроков	1,5	1,5	0,5	Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Тактика в нападении	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
22.	Тема : Броски набивного мяча	1,5	0,2	1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Контрольные нормативы ОФП	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
24.	Тема: История развития футбола	1,5	1,5		Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1		1	
	Итого:	42	5	37	

***Содержание программы модуля***

***Тема: Физическая культура и спорт в России***

*Теория:* История возникновения игры в футбол. Достижения и успехи российских и зарубежных спортсменов. Правила игры в футболе. Функции игроков, правила, расстановка.

Гигиена. Режим дня. Гигиена сна, питание, одежды, обуви. Гигиенические требования к инвентарю. Сведения об использовании естественных факторов природы и закаливание организма. Меры профилактики. Массаж и самомассаж. Общие сведения и мышечном и периферическом массаже Самоконтроль, предупреждение травматизма. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям. Связочный аппарат.

***Тема: Приседание и резкое выпрыгивание***

*Теория: техника выполнения*

*Практика: выполнение упражнений. Подвижные игры.*

***Тема: Броски набивного мяча***

*Теория. Способы и техника выполнения*

*Практика.Выполнение комплекса упражнений с набивным мячом в парах*

***Тема: Прыжки на одной ноге***

*Практика: Эстафеты*

***Тема: Тактические действия игроков***

*Теория: разбор тактических действий игроков*

*Практика: отработка тактических элементов*

***Тема: Тактика в нападении***

*Теория: разбор тактических действий игроков в нападении*

*Практика: отработка тактик нападения*

***Тема: Физические основы спортивной тренировки***

*Теория: Основы спорт. тренировки*

*Практика: ОФП*

***Тема: Мини-футбол***

***Теория:*** Характеристика игры. Инвентарь и уход за ним. Сведения о необходимом инвентаре и оборудовании для занятий мини- и футболом, о правильном хранении и уходе за ним.

*Практика: игра*

***Тема: Эстафета с прыжками***

*Практика: эстафета*

***Тема: Игра «Гонка мячей»***

*Теория: правила игры*

*Практика: игра*

**Тема: Тактика в нападении**

*Теория: разбор тактических действий игроков*

*Практика: отработка тактики нападений*

**Тема: Тактика в защите**

*Теория: разбор тактических действий игроков*

*Практика: отработка защитных действий*

**Тема: Взаимодействие полузащитников с защитниками**

*Теория: разбор тактических действий игроков*

*Практика: отработка элементов*

**Тема : Удар ногой на точность**

*Теория: техника выполнения*

*Практика: удары ногой в ворота, в кегли, в кольца*

**Тема : Удар по мячу лбом**

*Теория: техника безопасности, техника выполнения*

*Практика: отработка ударов. Учебная игра*

**Тема : Прыжки на одной ноге**

*Практика: эстафета с элементами прыжков*

**Тема : Тактические действия игроков**

*Теория: разбор тактических действий игроков*

*Практика: отработка тактик в учебной игре*

**Тема : Броски набивного мяча**

*Теория: техника выполнения*

*Практика: отработка упражнений на силу*

**Тема : Прыжки на одной ноге**

*Практика: подвижные игры*

**Тема : Тактические действия игроков**

*Теория: разбор тактических действий игроков*

*Практика: отработка действий в игре*

**Тема : Тактика в нападении**

*Теория: разбор тактических действий игроков*

*Практика: отработка в учебной игре*

**Тема : Броски набивного мяча**

*Практика: работа в парах*

**Тема: Контрольные нормативы ОФП**

**Практика: КН ОФП**

**Тема: История развития футбола:**

**Теория: опрос, беседа, тестирование**

**Итоговое занятие по освоению модуля: соревнования, опрос**

## **2. Модуль «Специальная физическая подготовка. Техническая и тактическая подготовка»**

**Цель модуля:** создание условий для выработки устойчивой внутренней мотивации к занятиям физической культурой и спортом, реализации способностей.

**Задачи:**

*Воспитательные*

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;
- организация досуга средствами физической культуры, а именно футболом;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения;

*Развивающие:*

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами футбола;
- приобретение необходимых знаний по футболу;
- научить выполнять перемещения, передачи мяча;
- научить выполнять обманные действия "скидки".

*Обучающие:*

- обучить основным техническим приемам игры в футбол (передача, бросок, подбор мяча);
- обучить навыкам пространственной ориентации на площадке и перемещения (позиции на площадке, зоны);
- обучить основным тактическим действиям нападения и защиты.

### **Результаты подготовки обучающихся по модулю:**

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут знать:

- основные правила по футболу;
- особенности выполнения технических приемов по футболу.

*Уметь:*

- выполнять перемещения, передачи мяча
- выполнять прием и передачу мяча;
- выполнять прямую, боковую подачу на точность;
- выполнять обманные действия "скидки";
- выполнять падения.

*Уметь:*

-организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами футбола.

**Календарно-тематический план модуля  
«Специальная физическая подготовка. Техническая подготовка.  
Тактическая подготовка» для детей 7-9 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	Теория	практика	
1.	Тема: Броски мяча в прыжке	2	0,2	1,8	Наблюдение, тестирование
2.	Тема : Сочетание стоек	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
3.	Тема : Отбор мяча в шаге	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
4.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
5.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Попробуй унеси»	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Прыжки на гимнастических матах	2	0,1	1,9	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Броски мяча в прыжке	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
9.	Тема : Сочетание стоек	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
10.	Тема : Отбор мяча в шаге	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
11.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
12.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
13.	Тема : Удар по летящему мячу	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
14.	Тема : Удар головой на точность	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема : Атака по флангам	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа

16.	Тема : Действия при атаке соперников	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
17.	Тема : Тактика ввода мяча	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема : Подвижные игры	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Удар по летящему мячу	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Удар головой на точность	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
22.	Тема : Атака по флангам	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
23.	Тема : Действия при атаке соперников	2	0,5	1,5	Наблюдение, беседа
24.	Тема : Контрольные нормативы ОФП	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1	0,5	0,5	
	<b>Итого:</b>	<b>42</b>	<b>8</b>	<b>34</b>	

**Календарно-тематический план модуля**

**«Специальная физическая подготовка. Техническая подготовка.**

**Тактическая подготовка» для детей 10-14 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Броски мяча в прыжке	2	0,1	2	Наблюдение, тестирование
2.	Тема : Сочетание стоек	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
3.	Тема : Отбор мяча в шаге	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
4.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
5.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Попробуй унеси»	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Прыжки на гимнастических матах	2	0,1	2	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Броски мяча в прыжке	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа

9.	Тема : Сочетание стоек	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
10.	Тема : Отбор мяча в шаге	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
12.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
13.	Тема : Удар по летящему мячу	2		2	Наблюдение, беседа
14.	Тема : Удар головой на точность	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема : Атака по флангам	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
16.	Тема : Действия при атаке соперников	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
17.	Тема : Тактика ввода мяча	2	0,1	2	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема : Подвижные игры	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Удар по летящему мячу	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Удар головой на точность	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
22.	Тема : Атака по флангам	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема : Действия при атаке соперников	2		2	Наблюдение, беседа
24.	Тема : Контрольные нормативы ОФП	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1		1	
	<b>Итого:</b>	<b>42</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	

**Календарно-тематический план модуля**

**«Специальная физическая подготовка. Техническая подготовка.**

**Тактическая подготовка» для детей 15-17 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Броски мяча в прыжке	2	0,1	2	Наблюдение, тестирование



2.	Тема : Сочетание стоек	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
3.	Тема : Отбор мяча в шаге	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
4.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
5.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Попробуй унеси»	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Прыжки на гимнастических матах	2	0,1	2	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Броски мяча в прыжке	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
9.	Тема : Сочетание стоек	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
10.	Тема : Отбор мяча в шаге	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
12.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
13.	Тема : Удар по летящему мячу	2		2	Наблюдение, беседа
14.	Тема : Удар головой на точность	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема : Атака по флангам	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
16.	Тема : Действия при атаке соперников	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
17.	Тема : Тактика ввода мяча	2	0,1	2	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема : Подвижные игры	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Удар по летящему мячу	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Удар головой на точность	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
22.	Тема : Атака по флангам	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема : Действия при атаке соперников	2		2	Наблюдение, беседа

24.	Тема : Контрольные нормативы ОФП	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1		1	
	<b>Итого:</b>	<b>42</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	

### *Содержание программы модуля*

**Тема: Броски мяча в прыжке**

*Теория: Техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента: с места*

**Тема : Сочетание стоек**

*Теория: сочетание стоек*

*Практика: Отработка элементов в группе, команде*

**Тема : Отбор мяча в шаге**

*Теория: Техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента в группе*

**Тема : Вбрасывание мяча с падением**

*Теория: Техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента, учебная игра*

**Тема : Отбивание кулаком в прыжке**

*Теория: Техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента, учебная игра*

**Тема: Игра «Попробуй унеси»**

*Теория: правила*

*Практика: подвижная игра*

**Тема: Прыжки на гимнастических матах**

*Теория: Техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента на развитие физических качеств*

**Тема: Броски мяча в прыжке**

*Теория: Техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Сочетание стоек**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Отбор мяча в шаге**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Вбрасывание мяча с падением**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Отбивание кулаком в прыжке**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Удар по летящему мячу**

*Теория: техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Удар головой на точность**

*Теория: техника выполнения*

*Практика: Отработка элемента в парах*

**Тема : Атака по флангам**

*Теория: способы и техника*

*Практика: Отработка элемента в группах, парах*

**Тема : Действия при атаке соперников**

*Теория: тактики обработки атак*

*Практика: Отработка элемента в учебной игре*

**Тема : Тактика ввода мяча**

*Теория: техника*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Подвижные игры**

*Теория: правила*

*Практика: подвижные игры с мячом*

**Тема : Отбивание кулаком в прыжке**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Удар по летящему мячу**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Удар головой на точность**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Атака по флангам**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема : Действия при атаке соперников**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента в игре*

**Тема : Контрольные нормативы ОФП**

*Практика: сдача КН ОФП*

**Итоговое занятие по освоению модуля**

*Практика: Тестирование, соревнования*

### **3.Модуль «Инструкторская и судейская практика. Соревнования. Контрольные испытания»**

**Цель модуля:** создание условий для реализации способностей, возможностей, потребностей и интересов, обучающихся средствами физической культуры и спорта, всестороннего совершенствования общих физических качеств в единстве с воспитанием личности.

**Задачи:**

*Воспитательные*

-удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в двигательной активности;

-организация досуга средствами физической культуры, а именно футболом;

-создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения;

*Развивающие:*

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

- приобретение необходимых теоретических знаний по футболу;

*Обучающие:*

-обучить основным техническим приемам игры в футбол (передача, подбор мяча);

-обучить навыкам пространственной ориентации на площадке и перемещения (позиции на площадке, зоны);

-обучить основным тактическим действиям нападения и защиты в футболе.

-углубленно изучить правила игры в футбол ( в том числе и мини-футбол);

-изучить базовую технику;

-обучать положительным взаимоотношениям в коллективе.

### **Результаты подготовки обучающихся по модулю:**

По окончании освоения модуля программы обучающиеся будут знать:

- историю развития футбола в мире и России ;
- правила техники безопасности на занятиях;
- основные правила по футболу;
- особенности выполнения технических приемов по футболу.

*уметь:*

- демонстрировать и применять в процессе выполнения специально созданного комплексного упражнения основные тактико-технические действия в футболе.
- сознательно тренироваться и стремиться к лучшему результату на соревнованиях.
- согласовывать свое поведение с интересами коллектива, при выполнении упражнений критически оценивать собственные достижения, поощрять товарищей.

*Уметь:*

- организовывать самостоятельные занятия физической культурой и спортом средствами футбола;
- обучать положительным взаимоотношениям в коллективе;

### **Учебно-тематический план модуля «Инструкторская и судейская практика. Соревнования. Контрольные испытания» для детей 7-9 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	теория	практика	
1.	Тема: Развитие силы	2	0,5	1,5	Наблюдение, тестирование
2.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Рывки с изменением направления	2	0,2		Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на выносливость	1,5	0,3	1,2	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Серийное выполнение бросков	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Футбол»	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Бег с изменениями направления	2	0,3	1,7	Наблюдение, тестирование

8.	Тема: Развитие силы	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Рывки с изменением направления	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Удар головой от партнера	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Штрафной удар	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
13.	Тема: Ведение мяча после падения	2	0,2	2	Наблюдение, беседа
14.	Тема: Финты при атаке справа	1,5	0,2	1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа
16.	Тема: Развитие специальной быстроты	1,5	0,25	1,25	Наблюдение, беседа
17.	Тема: Развитие специальной гибкости	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема: Бросок мяча подъемом	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема: Удар головой от партнера	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
20.	Тема: Штрафной удар	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, тестирование
21.	Тема: Ведение мяча после падения	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
22.	Тема: Финты при атаке справа	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа
24.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по модулю	1	0,5	0,5	
	Итого:	42	5	37	

**Учебно-тематический план модуля «Инструкторская и судейская практика. Соревнования. Контрольные испытания» для детей 10-14 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Развитие силы	2	0,5	1,5	Наблюдение, тестирование

2.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Рывки с изменением направления	2	0,2	1,8	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на выносливость	1,5	0,3	1,2	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Серийное выполнение бросков	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Футбол»	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Бег с изменениями направления	2	0,3	1,7	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Развитие силы	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Рывки с изменением направления	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Удар головой от партнера	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Штрафной удар	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
13.	Тема: Ведение мяча после падения	2	0,2	2	Наблюдение, беседа
14.	Тема: Финты при атаке справа	1,5	0,2	1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа
16.	Тема: Развитие специальной быстроты	1,5	0,25	1,25	Наблюдение, беседа
17.	Тема: Развитие специальной гибкости	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема: Бросок мяча подъемом	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема: Удар головой от партнера	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
20.	Тема: Штрафной удар	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, тестирование
21.	Тема: Ведение мяча после падения	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
22.	Тема: Финты при атаке справа	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа

24.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по модулю	1	0,5	0,5	
	Итого:	42	5	37	

**Учебно-тематический план модуля «Инструкторская и судейская практика. Соревнования. Контрольные испытания» для детей 15-17 лет**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Развитие силы	2	0,5	1,5	Наблюдение, тестирование
2.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Рывки с изменением направления	2	0,2		Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на выносливость	1,5	0,3	1,2	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Серийное выполнение бросков	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Футбол»	1,5	0,2	1,3	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Бег с изменениями направления	2	0,3	1,7	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Развитие силы	1,5	0,5	1	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Рывки с изменением направления	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Удар головой от партнера	2	0,1	2	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Штрафной удар	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
13.	Тема: Ведение мяча после падения	2	0,2	2	Наблюдение, беседа
14.	Тема: Финты при атаке справа	1,5	0,2	1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа
16.	Тема: Развитие специальной быстроты	1,5	0,25	1,25	Наблюдение, беседа
17.	Тема: Развитие специальной гибкости	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема: Бросок мяча подъемом	1,5	0,1	1,5	Наблюдение, беседа,



					тестирование (прием нормативов)
19.	Тема: Удар головой от партнера	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
20.	Тема: Штрафной удар	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, тестирование
21.	Тема: Ведение мяча после падения	2	0,1	1,9	Наблюдение, беседа
22.	Тема: Финты при атаке справа	1,5	0,1	1,4	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2	0,25	1,75	Наблюдение, беседа
24.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по модулю	1	0,5	0,5	
	Итого:	42	4	38	

**Содержание программы модуля**

**Тема: Развитие силы**

*Теория: способы, виды упражнений, комплексы*

*Практика: составление комплекса, работа в группах*

**Тема: Рывки по зрительному сигналу**

*Теория: повторение, разбор ошибок*

*Практика: работа в парах, группа, эстафета*

**Тема: Рывки с изменением направления**

*Теория: повторение, разбор ошибок*

*Практика: Отработка элемента в подвижных играх*

**Тема: Прыжки на выносливость**

*Практика: Отработка элемента*

**Тема: Серийное выполнение бросков**

*Теория: техника, разбор ошибок*

*Практика: Отработка элемента*

**Тема: Игра «Футбол»**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента в игре*

**Тема: Бег с изменениями направления**

*Практика: Отработка элемента в игре*

**Тема: Развитие силы**

*Теория: повторение комплексов на развитие силы, техника выполнения*

*Практика: комплексы*

**Тема: Рывки по зрительному сигналу**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Рывки с изменением направления**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Удар головой от партнера**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Штрафной удар**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Ведение мяча после падения**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Финты при атаке справа**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Вбрасывание мяча партнеру**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Развитие специальной быстроты**

Теория: техника выполнения, правила игр

Практика: упражнения на развитие специальной гибкости, работа в парах, подвижные игры

**Тема: Развитие специальной гибкости**

Теория: техника

Практика: упражнения на развитие специальной гибкости, работа в парах

**Тема: Бросок мяча подъемом**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Удар головой от партнера**

Теория: повторение

Практика: Отработка элемента в игре

**Тема: Штрафной удар**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента в игре*

**Тема: Ведение мяча после падения**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента в игре*

**Тема: Финты при атаке справа**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента в игре*

**Тема: Вбрасывание мяча партнеру**

*Теория: повторение*

*Практика: Отработка элемента в игре*

**Тема: Игра «Футбол»**

**Практика: Судейство игр**

**Итоговое занятие по модулю:** Тестирование, выполнение нормативом ОФП, дружеские встречи, соревнования, портфолио обучающихся

### **Методическое обеспечение программы.**

Основные принципы, положенные в основу программы:

1. Принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребёнка создания благоприятных условий для их развития.
2. Принцип демократичности, предполагающий сотрудничества педагога и обучающегося.
3. Принцип системности и последовательности знаний в программе даются в определенной системе, накапливая запас знаний, дети могут применять их на практике.

Методы работы:

1. Словесные методы: беседа, сообщения- эти методы способствуют обогащению теоретических знаний детей являются источником новой информации.
2. Наглядные методы: презентации, фото, видео. Наглядные методы дают возможность более детального обследования объектов дополняя словесные методы способствует развития мышления детей.
3. Практические методы:отработка приемов в партере и в стойке. Данные методы позволяют воплотить теоретические знания на практике,способствуют развитию навыков и умений детей.

Занятия состоит из следующих компонентов

1. Организационный момент,характерезующий подготовка к занятиям
2. Повторение материала,изученного на предыдущих занятий.

3. Постановка цели занятий перед учащимися .
4. Изложение нового материала.
5. Практическая работа.
- 6.Обобщение материала, изученного в ходе занятия.
7. подведение итогов.

Материально-техническое оснащение программы.

Занятия проводятся в светлом специально оборудованном спортивном зале (кабинете).

Подготовку спортсмена следует рассматривать как единый педагогический процесс, который осуществляется на основе следующих методических положений:

- 1) строгая преемственность задач, средств и методов тренировки детей, подростков;
- 2) неуклонное возрастание объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется: из года в год увеличивается удельный вес объема СФП (по отношению к общему объему тренировочных нагрузок) и соответственно уменьшается удельный вес ОФП;
- 3) непрерывное совершенствование спортивной техники;
- 4) неуклонное соблюдение принципа постепенности применения тренировочных и соревновательных нагрузок в процессе тренировки юных спортсменов;
- 5) правильное планирование тренировочных и соревновательных нагрузок, принимая во внимание периоды полового созревания;
- 6) осуществление как одновременного развития физических качеств спортсменов на всех этапах подготовки, так и преимущественного развития отдельных физических качеств в наиболее благоприятные возрастные периоды.

Имеется следующий дидактический материал:

1. Памятка «Специальные упражнения для развития скоростной выносливости, ловкости, быстроты, силы, общей выносливости».
2. Памятка «Укрепление суставов, набивка мышц и сухожилий»
3. Сборник «Термины употребляемые в международной системе футбола»
4. Видеоматериалы соревнований, турниров.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных школ олимпийского резерва (авторы-составители: М.А.Годик, Г.Л.Борзнов, Н.В.Котенко, В.Н. Малышев, Н.А.Кулин, С.А.Российский), 2011.
2. Алешин, Павел Павел Алешин. Юрий Семин. Народный тренер России. Александр Мостовой. Денис Целых. По прозвищу "Царь". Пилип Липень. Параметрическая локализация Абсолюта (комплект из 3 книг) / Павел Алешин и др. - М.: Городец, **2015**. - **618** с.
3. Бримсон, Дуги Убийцы футбола. Почему хулиганство и расизм уничтожают игру: моногр. / Дуги Бримсон. - М.: Амфора, **2015**. - 384 с.
4. Винокуров, О. В. Йохан Круифф / О.В. Винокуров. - Москва: **СИНТЕГ**, **2019**. - 96 с.
5. Горанский, И.В. Карлос Альберто: моногр. / И.В. Горанский. - М.: Книжный клуб, **2015**. - **521** с.
6. Даунинг, Дэвид Пассовочка. Турне московского "Динамо" по Британии, 1945 / Дэвид Даунинг. - М.: Андрей Ельков, 2015. - 276 с.
7. Жидков, Иван Евро-2008. Все игроки. Все матчи. Все голы / Иван Жидков. - М.: АСТ, Астрель-СПб, **2018**. - 268 с.
8. За гранью фолла. - М.: Молодая Гвардия, **2019**. - 240 с.
9. Как научиться играть в футбол. - М.: Харвест, **2017**. - **573** с.
10. Киркендалл, Дональд Анатомия футбола / Дональд Киркендалл. - М.: Попурри, **2019**. - 240 с.
11. Левин, Борис Футбольная Россия. Как мы станем чемпионами мира 2010 года / Борис Левин. - М.: Русь-Олимп, Питер, **2018**. - 400 с.
12. Мелентьев, Валерий Футбольные финты, уловки, трюки / Валерий Мелентьев. - М.: Спорт, **2018**. - **827** с.
13. Рабинер, Игорь Как убивали "Спартак" 2 / Игорь Рабинер. - М.: Олма Медиа Групп, **2020**. - 352 с.
14. Рабинер, Игорь Как убивали "Спартак" 2 / Игорь Рабинер. - Москва: **Машиностроение**, **2015**. - 352 с.
15. Рассел, Джесси Шлёнск (футбольный клуб) / Джесси Рассел. - М.: VSD, **2019**. - **944** с.
16. Савин, А.В. Мировой футбол. Кто есть кто 2014. Полная энциклопедия / А.В. Савин. - Москва: **ИЛ**, **2019**. - 832 с.

16. Симаков, В. И. Футбол. Простые комбинации / В.И. Симаков. - М.: Физкультура и спорт, 2017. - 144 с.

Приложение № 1

**Календарно-тематический план модуля  
«Теория. Общая физическая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата
		всего	теория	практика	
1.	Тема : Физическая культура и спорт в России	2	2		
2.	Тема : Приседание и резкое выпрыгивание	1,5		1,5	
3.	Тема : Броски набивного мяча	2		2	
4.	Тема : Прыжки на одной ноге	1,5		1,5	
5.	Тема : Тактические действия игроков	2		2	
6.	Тема : Тактика в нападении	1,5		1,5	

7.	Тема: Физические основы спортивной тренировки	2	2		
8.	Тема: Баскетбол	1,5		1,5	
9.	Тема: Эстафета с прыжками	2		2	
10.	Тема: Игра «Гонка мячей»	1,5		1,5	
11.	Тема : Тактика в нападении	2		2	
12.	Тема : Тактика в защите	1,5		1,5	
13.	Тема : Взаимодействие полузащитников с защитниками	2		2	
14.	Тема : Удар ногой на точность	1,5		1,5	
15.	Тема : Удар по мячу лбом	2		2	
16.	Тема : Прыжки на одной ноге	1,5		1,5	
17.	Тема : Тактические действия игроков	2		2	
18.	Тема : Броски набивного мяча	1,5		1,5	
19.	Тема : Прыжки на одной ноге	2		2	
20.	Тема : Тактические действия игроков	1,5	1,5		
21.	Тема : Тактика в нападении	2		2	
22.	Тема : Броски набивного мяча	1,5		1,5	
23.	Тема: Контрольные нормативы ОФП	2		2	
24.	Тема: История развития футбола	1,5	1,5		
	Итого:	42	7	35	

**Календарно-тематический план модуля «Специальная физическая подготовка.**

**Техническая подготовка. Тактическая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Броски мяча в прыжке	2		2	
2.	Тема : Сочетание стоек	1,5		1,5	
3.	Тема : Отбор мяча в шаге	2		2	
4.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	1,5		1,5	
5.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2		2	
6.	Тема: Игра «Попробуй унеси»	1,5		1,5	
7.	Тема: Прыжки на гимнастических матах	2		2	

8.	Тема: Броски мяча в прыжке	1,5		1,5	
9.	Тема : Сочетание стоек	2		2	
10.	Тема : Отбор мяча в шаге	1,5		1,5	
11.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	2		2	
12.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	1,5		1,5	
13.	Тема : Удар по летящему мячу	2		2	
14.	Тема : Удар головой на точность	1,5		1,5	
15.	Тема : Атака по флангам	2		2	
16.	Тема : Действия при атаке соперников	1,5		1,5	
17.	Тема : Тактика ввода мяча	2		2	
18.	Тема : Подвижные игры	1,5		1,5	
19.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2		2	
20.	Тема : Удар по летящему мячу	1,5		1,5	
21.	Тема : Удар головой на точность	2		2	
22.	Тема : Атака по флангам	1,5		1,5	
23.	Тема : Действия при атаке соперников	2		2	
24.	Тема : Контрольные нормативы ОФП	1,5		1,5	
	Итого:	42		42	

### Календарно-тематический план модуля

#### «Инструкторская и судейская практика. Соревнования»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Развитие силы	2		2	
2.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	1,5		1,5	
3.	Тема: Рывки с изменением направления	2		2	
4.	Тема: Прыжки на выносливость	1,5		1,5	
5.	Тема: Серийное выполнение бросков	2		2	
6.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	
7.	Тема: Бег с изменениями направления	2		2	
8.	Тема: Развитие силы	1,5		1,5	
9.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	2		2	
10.	Тема: Рывки с изменением направления	1,5		1,5	
11.	Тема: Удар головой от партнера	2		2	
12.	Тема: Штрафной удар	1,5		1,5	
13.	Тема: Ведение мяча после падения	2		2	



14.	Тема: Финты при атаке справа	1,5		1,5	
15.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2		2	
16.	Тема: Развитие специальной быстроты	1,5		1,5	
17.	Тема: Развитие специальной гибкости	2		2	
18.	Тема: Бросок мяча подъемом	1,5		1,5	
19.	Тема: Удар головой от партнера	2		2	
20.	Тема: Штрафной удар	1,5		1,5	
21.	Тема: Ведение мяча после падения	2		2	
22.	Тема: Финты при атаке справа	1,5		1,5	
23.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2		2	
24.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	
	Итого:	42		42	