Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа № 3 «Центр образования»
городского округа Октябрьск Самарской области

РАССМОТРЕНО на заседании тренерского совета Протокол № 10 от 31.07.2023 г.	ПРОВЕРЕНО Зам.руководителя СП «ДЮСШ» г.о.Октябрьск _____ О.Ю. Галямова	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ СОШ № 3 г.о.Октябрьск _____ Л.Ю. Шатрова Приказ № 593 - од от 31.07.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Футбол»
Физкультурно-спортивной направленности
Возраст обучающихся: 5-17 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчики:
Тренера-преподаватели
Петрусь Д.В.,
Бендюк С.В.,
Березин С.Е.,
Захаров А.О.

C=RU, O=ГБОУ СОШ № 3 г.о. Октябрьск,
CN=Шатрова Любовь Юрьевна,
E=school3_okt@samara.edu.ru
00 eb b3 7c a4 c8 a9 ff f4
2023-08-07 09:22:37

Октябрьск
2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Краткая аннотация……..... 3
2. Пояснительная записка 3
3. Учебный план «ДОП» «Футбол»..... 7
4. Содержание..... 10
5. Методическое обеспечение 26
6. Список литературы..... 29
7. Приложение 1. Календарно – тематические планы Модулей..... 30
8. Приложение 2. Контрольные нормативы …… 33

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 объёмов 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 до 2030 г. (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678 - 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 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- 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 (включая разноуровневые программы) (приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242);
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ)
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ (приложение к письму Министерства образования и науки Самарской области 12.09.2022 № МО/1141-ТУ).

Данная программа разработана на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, спецмализированных 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.

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 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 образований 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 культуры 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 культуреи 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 получит 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 еѐ 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 еѐ, 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 получат 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
ИТОГО:		**126**	**23**	**103**

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	2	40
ИТОГО:		**126**	**14**	**112**

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	32
2.	Специальная физическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка	42	2	40
3.	Инструкторская и судейская практика Соревнования Контрольные испытания	42	2	40
ИТОГО:		**126**	**23**	**103**

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

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

Уровень освоение 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.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Модуль «Теория. Общая физическая подготовка» (42 часа)

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».

Теоретическая часть 7 часов

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.

История возникновения игры в футбол. Достижения и успехи российских и зарубежных спортсменов. Характеристика игры. Инвентарь и уход за ним. Сведения о необходимом инвентаре и оборудовании для занятий футболом, о правильном хранении и уходе за ним.

Строение организма. Основные функции. Влияние занятий футболом на организм детей.

Правила игры в футболе. Функции игроков, правила, расстановка.

Практическая часть 35 часов

Общая физическая подготовка направлена на выполнение требований, которые диктуют условия игры. ОФП должна способствовать развитию таких важных качеств, как быстрота реакции, подвижность, гибкость, прыгучесть выносливость стойкость. Немаловажное значение имеют природные задатки футболистов.

ОФП включает в себя:

- Общеразвивающие упражнения без предметов: упражнения для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах. Упражнения для повышения быстроты бега. Прыжки с места, с разбега

- Упражнения с предметами: упражнения со скакалкой, упражнения с набивными мячами.

- Строевые упражнения. Выполнение строевых команд, перестроений, поворотов, движения строем, остановки.

- Гимнастика. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. На снарядах: висы, упоры, подтягивания, лазания. Для мышц туловища, ног, таза.

- Акробатика. Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты, кувырки вперед, назад. Стойки на лопатках. Мост. Прыжки через коня.

- Легкая атлетика. Бег с ускорением. Эстафетный бег с препятствиями, бег на 30, 60, 100, 200м. Прыжки с места в длину, вверх с разбега, тройной. Метание малого мяча с места в стену или щит на дальность отскока, точность. Метание гранаты, толкание ядра.

- Спортивные и подвижные игры. Ловля, передача мяча, ведения. «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Чехарда». Пионербол, русская лапта и различные эстафеты.

Формы подведения итогов: Тестирование, сдача нормативов ОФП.

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	2		Входящая диагностика, наблюдение, тестирование
2.	Тема: Приседание и резкое выпрыгивание	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Броски набивного мяча	2		2	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на одной ноге	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Тактические действия игроков	2		2	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Тактика в нападении	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Физические основы спортивной тренировки	2	1	1	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Баскетбол	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Эстафета с прыжками	2		2	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Игра «Гонка мячей»	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Тактика в нападении	2	1	1	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Тактика в защите	1,5		1,5	Наблюдение, беседа

13.	Тема: Взаимодействие полузащитников с защитниками	2		2	Наблюдение, беседа
14.	Тема :Удар ногой на точность	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема : Удар по мячу лбом	2		2	Наблюдение, беседа
16.	Тема : Прыжки на одной ноге	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
17.	Тема : Тактические действия игроков	2		2	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема : Броски набивного мяча	1,5		1,5	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема : Прыжки на одной ноге	2		2	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Тактические действия игроков	1,5	1,5		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	1,5	1,5		Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1		1	
	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	2	2		Входящая диагностика, наблюдение, тестирование
2.	Тема: Приседание и резкое выпрыгивание	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Броски набивного мяча	2		2	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на одной ноге	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Тактические действия	2		2	Наблюдение,

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

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

20.	Тема : Тактические действия игроков	1,5	1,5		Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Тактика в нападении	2		2	Наблюдение, беседа
22.	Тема : Броски набивного мяча	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Контрольные нормативы ОФП	2		2	Наблюдение, беседа
24.	Тема: История развития футбола	1,5	1,5		Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1		1	
	Итого:	42	2	40	

2. Модуль «Специальная физическая подготовка. Техническая и тактическая подготовка» (42 часа)

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.

Практическая часть 42 часа

Специальная физическая подготовка основана на характерном общем развитии, ставит перед собой цель технически развить игрока при помощи игровых упражнений с мячом, сделать его иргу быстрой, маневренной подвижной, здесь тренер использует упражнения с мячом, но при этом необходимо помнить о специальных заданиях: развить, улучшить координацию движений, скорость и так далее.

- Упражнения для развития силы: По сигналу бег на 5, 10, 15 м из исходного положения: сидя, лежа на спине, на животе. Перемещения приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления, челночный бег. Ускорения, повороты в беге. Приседания на носках, повороты в стороны в наклоне, упражнения с отягощениями. Подвижные игры «День и ночь», «Вызов номера», «Попробуй унеси».

- Упражнения на развития выносливости: кроссы на местности, ходьба, лыжи, интенсивный или переменный бег.

- Упражнения на развития быстроты: повторный бег с предельной скоростью на различные отрезки, бег с переменной скоростью, бег прыжками, семенящий, с высоким подниманием бедер, прыжки в длину, бег с мячом.

- Упражнения на развития гибкости: наклоны вправо в лево, круговые вращения туловищем, круговые вращения коленями, согнутой в коленях ногой, наклоны вперед пружинистыми движениями, наклоны вперед из положения сидя

- Упражнения на развития ловкости и прыгучести: Кувырки вперед и назад из упора присев. Серии кувырков: один вперед, один назад. Кувырки вперед и назад через плечо. Опорные прыжки ноги врозь и согнув ноги через «козла». Продвижение прыжками между стойками (камнями, флажками). Прыжки через набивные мячи и другие препятствия. Бег между деревьями (стойками, мячами, флажками, камнями). Подбросьте мяч руками вверх, сделайте кувырок вперед, поймайте опускающийся мяч. То же, но после кувырка быстро встаньте, прыгните вверх и поймайте мяч. Жонглирование мячом ногами. Ведение мяча между предметами на различной скорости. Встаньте с партнером в 3 шагах друг от друга и жонглируйте мячом ногами. По сигналу третьего игрока легкими ударами направляйте мяч друг другу, приняв мяч, продолжайте жонглировать и т. д.

- Упражнения для развития качеств при приеме и передачи мяча. Сгибание и разгибание колена, круговые вращения стопой ноги. Опираясь о стену пальцами, отталкиваться. Упор лежа на вытянутых руках «циркуль» на ногах, пальни рук на месте. Передвижение в положении полуприсяд. Броски набивного мяча.

- Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча. «Вертушка». Упражнения с резиновыми амортизаторами. Бег по диагонали, спиной вперед. Махи ногами большой амплитудой и максимальной быстротой. Броски из-за головы с максимальным прогибанием.

Техника игры состоит из применяемых во время игры ударов по мячу, остановок и ведения и бросков мяча.

- удары по мячу различными способами
- остановки мяча различными способами
- ведение мяча и обманные движения (финты)
- отбор мяча
- выбрасывание мяча
- техника игры вратаря.

Тактика футбола неразрывно связана с другими его компонентами – атлетическим развитием футболистов и их техникой.

Тактика игры в футбол, прежде всего, складывается из разумных индивидуальных действий отдельных футболистов. Умение выбрать место, отобрать или перехватить мяч у противника, обвести его, сделать передачу в нужный момент и в нужном направлении, нанести удар по чужим воротам.

Тактика игры состоит не только из коллективных, организованных действий всей команды или отдельных ее звеньев. Прежде всего, она складывается из разумных индивидуальных действий отдельных футболистов

- одним из главных тактический действий является правильный выбор места, выход на главную позицию. Выбор места одинаково важен и для защитника, и для вратаря, и для нападающего;

- следующим не менее важным приемом является отбор мяча. Этим приемом должны владеть не только защитники и полузащитники, но и нападающие;

- точная и своевременная передача мяча, владения арсеналом ударов по мячу, овладение искусством точной, нацеленной передачи;

- ведение и обводка мяча, умение выиграть пространство, выйти на удобную позицию;

- умение хорошо бить со всех дистанций, с разных дистанций, с разных позиций и всеми возможными способами

- Тактика игры вратаря. Ловля и отбивание мяча, умение выбрать правильную позицию, сокращать соперникам «угол обстрела» ворот, руководить работой защитников;

- Тактика игры защитника. Определение сильных и слабых сторон своего подопечного и остальных нападающих команды противника, оборонять ворота, слушать вратаря;

- Тактика игры полузащитника. Стремиться стать хозяином середины поля. Игра в защите, участие в атаке чужих ворот, контролировать зону перед своими защитниками, быстро и точно передавать мяч партнеру;

- Тактика игры нападающего. Умение индивидуально обыграть своего опекуна, умение владеть различными видами ударов.

Формы подведения итогов: тестирование, выполнение нормативом ОФП, дружеские встречи.

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		2	Наблюдение, тестирование
2.	Тема : Сочетание стоек	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
3.	Тема : Отбор мяча в шаге	2		2	Наблюдение, беседа
4.	Тема : Вбрасывание мяча с падением	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
5.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2		2	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Попробуй унеси»	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Прыжки на гимнастических матах	2		2	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Броски мяча в прыжке	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
9.	Тема : Сочетание стоек	2		2	Наблюдение, беседа

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

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		2	Наблюдение, тестирование
2.	Тема : Сочетание стоек	1,5		1,5	Наблюдение, беседа

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

	модуля				
	Итого:	**42**		**42**	

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

					нормативов)
19.	Тема : Отбивание кулаком в прыжке	2		2	Наблюдение, беседа
20.	Тема : Удар по летящему мячу	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
21.	Тема : Удар головой на точность	2		2	Наблюдение, беседа
22.	Тема : Атака по флангам	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема : Действия при атаке соперников	2		2	Наблюдение, беседа
24.	Тема : Контрольные нормативы ОФП	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по освоению модуля	1		1	
	Итого:	**42**		**42**	

3. Модуль «Инструкторская и судейская практика. Соревнования. Контрольные испытания» (42 часа)

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;

Практическая часть 42 часа

В процессе овладения способностями инструктора необходимо последовательно осваивать следующие навыки и умения:

1. Построить группу и подать основные команды в движении.
2. Составить конспект и провести разминку в группе.
3. Определить и исправить ошибки в выполнении упражнений.
4. Провести тренировочное занятие в младших группах под наблюдением педагога.
5. Составить конспект и провести занятие с командой.
6. Провести подготовку команды своей группы к соревнованиям.
7. Руководить командой на соревнованиях.

Для получения звания судьи по спорту каждый занимающийся должен освоить следующие навыки и умения:

1. Составить положение о проведении первенства ОУ по футболу.
2. Участвовать в судействе учебных игр совместно с тренером - преподавателем
3. Провести судейство учебных игр в поле (самостоятельно).
4. Участвовать в судействе официальных соревнований в роли судьи в поле и в составе секретариата.
5. Судить игры в качестве судьи в поле.

Рекомендуемые темы теоретической подготовки:

1. Правила и принципы организации и судейства соревнований по футболу.
2. Основы планирования учебных занятий и составления конспектов.
3. Особенности организации учебных занятий.

Участие в соревнованиях различного уровня. Контрольные игры

Бег на 30 м, 60 м, 400, 10х30 м. Прыжок в длину, подтягивание, удары по мячу на дальность, вбрасывание мяча руками на дальность, бег на 30 м с мячом.

Формы подведения итогов: Тестирование, выполнение нормативом ОФП, дружеские встречи, соревнования, портфолио обучающихся.

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		2	Наблюдение, тестирование
2.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Рывки с изменением направления	2		2	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на выносливость	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Серийное выполнение бросков	2		2	Наблюдение, беседа

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

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

					тестирование
21.	Тема: Ведение мяча после падения	2		2	Наблюдение, беседа
22.	Тема: Финты при атаке справа	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2		2	Наблюдение, беседа
24.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по модулю	1		1	
	Итого:	42		42	

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		2	Наблюдение, тестирование
2.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
3.	Тема: Рывки с изменением направления	2		2	Наблюдение, беседа
4.	Тема: Прыжки на выносливость	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
5.	Тема: Серийное выполнение бросков	2		2	Наблюдение, беседа
6.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
7.	Тема: Бег с изменениями направления	2		2	Наблюдение, тестирование
8.	Тема: Развитие силы	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
9.	Тема: Рывки по зрительному сигналу	2		2	Наблюдение, беседа
10.	Тема: Рывки с изменением направления	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
11.	Тема: Удар головой от партнера	2		2	Наблюдение, беседа
12.	Тема: Штрафной удар	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
13.	Тема: Ведение мяча после падения	2		2	Наблюдение, беседа
14.	Тема: Финты при атаке справа	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
15.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2		2	Наблюдение, беседа
16.	Тема: Развитие специальной быстроты	1,5		1,5	Наблюдение, беседа

17.	Тема: Развитие специальной гибкости	2		2	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
18.	Тема: Бросок мяча подъемом	1,5		1,5	Наблюдение, беседа, тестирование (прием нормативов)
19.	Тема: Удар головой от партнера	2		2	Наблюдение, беседа
20.	Тема: Штрафной удар	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
21.	Тема: Ведение мяча после падения	2		2	Наблюдение, беседа
22.	Тема: Финты при атаке справа	1,5		1,5	Наблюдение, беседа
23.	Тема: Вбрасывание мяча партнеру	2		2	Наблюдение, беседа
24.	Тема: Игра «Футбол»	1,5		1,5	Наблюдение, тестирование
25.	Итоговое занятие по модулю	1		1	
	Итого:	42		42	

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Модуль	**Форма занятий**	**Дидактический материал**	**Техническое оснащение**	**Форма подведения итогов**
Физическая культура и спорт в России. Футбол в России Влияние физических Упражнений на организм человека. Гигиенические требования к занимающимся спортом. Профилактика травматизма в спорте Физические качества и физическая подготовка Общая	беседы Практикум: занятие поточным методом; круговая тренировка; занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование. Практикум: занятие поточным методом; круговая тренировка; занятие фронтальным методом;	литература по теме литература по теме; слайды; карточки с заданием. литература по теме; слайды; карточки с заданием. литература по теме; слайды; видеоматериал ы; карточки с заданием.	наглядные пособия мультимедийна я техника футбольные мячи, ворота. скакалки; гимнастические скамейки; гимнастическая стенка; гимнастические маты; резиновые амортизаторы; перекладины; мячи.	викторина опрос контрольные нормативы; учебно-тренировочная игра контрольные нормативы по ОФП

физическая подготовка	работа по станциям; самостоятельные занятия; тестирование Практикум: занятие поточным методом; круговая тренировка; занятие фронтальным методом; работа по станциям; самостоятельные занятия; тестирование; турнир			
Специальная физическая подготовка Техническая и тактическая подготовки	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир. Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	- литература по теме; - слайды; -видеоматериалы; - карточки с заданием. - литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	-футбольные мячи; -ворота	-контрольные нормативы по СФП соревнования

Инструкторская и судейская практика Соревнования. Контрольные испытания	Практикум: - судейство соревнований; Практикум: - самостоятельные занятия; - тестирование;	руководство для судей. Механика судейства в футболе. Дидактические карточки, плакаты - карточки с заданиями	видеозаписи, обучающие диски. - скакалки; -гимнастическая стенка; -гимнастические маты; - перекладины; - мячи	-контрольные нормативы; - помощь в судействе. - контрольные нормативы; - помощь в судействе.

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**. - 96с.
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 фола. - 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	

Приложение 2

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ
ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

5,6 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

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