

Управление образования Администрации города Иванова
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Центр гражданского и патриотического воспитания «Высота»

Согласовано с
Методическим советом
Протокол № 2
от 17.07.2023 г.



Утверждаю

Директор

А. В. Ладихина

Приказ № 70/1-од от 18.07.2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

направленность физкультурно-спортивная

название программы «Футбол»

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 7-12 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Александр Юрьевич Додонов

г. Иваново, 2023

СТРУКТУРА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»:

1.1. Пояснительная записка	3-6
1.2. Цель и задачи программы	6-7
1.3. Содержание программы.....	7-18
1.3.1. Учебно-тематический план	
1.3.2. Содержание учебно-тематического плана	
1.4. Планируемые результаты	18-19

2. «Комплекс организационно-педагогических условий»:

2.1. Условия реализации программы	19-20
2.2. Формы аттестации обучающихся.....	20
2.3. Оценочные материалы.....	20-21
2.4. Методические материалы	21-25
2.5. Календарный учебный график.....	25
2.6. Список литературы.....	26-27

3. «Воспитание» (рабочая программа воспитания) объединения «Русский Манчестер».....

3.1. Цель и задачи воспитательной работы	
3.2. Приоритетные направления деятельности	
3.3. Формы и методы воспитательной работы	
3.4. Планируемые результаты воспитательной работы	
3.5. Календарный план воспитательной работы	

1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
2. Концепцией развития дополнительного образования до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р);
3. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р);
4. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся";
5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 года № 629);
6. Постановлением Главного государственного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-20. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2. 3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для челове-

ка факторов среды обитания» (вместе с СанПиН 1.2.3685-21 «Санитарные правила и нормы ...»);

8. Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))»).

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень освоения: базовый.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» направлена на обучение и совершенствование навыков игры в футбол.

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

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивает основные физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. Круглогодичные занятия футболом способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни, достижению творческого долголетия. Соревновательный характер, высокая эмоциональность, самостоятельная деятельность действий делают футбол эффективным средством активного отдыха. Футбол – мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Отличительной особенностью программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, совершенствование физических способностей, углубленные знания по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует обучающихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Специальная подготовка вратарей в команде начинается после 10-11 лет, а до этого возраста все участники команды тренируются как полевые игроки, но периодически каждый пробует себя на вратарском месте.

Краткая характеристика программы:

Адресат программы:

Программа создана с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся младшего и среднего школьного возраста. Имеет развивающий и обучающий характер.

Младший школьный возраст –7-10 лет. Развитие психики детей этого возраста осуществляется главным образом на основе ведущей деятельности – учения. Учение для младшего школьника выступает как важная общественная деятельность, которая носит коммуникативный характер. В процессе учебной деятельности младший школьник не только усваивает знания, умения и навыки, но и учится ставить перед собой учебные задачи (цели), находить способы усвоения и применения знаний, контролировать и оценивать свои действия. Новообразованием младшего школьного возраста являются произвольность психических явлений, внутренний план действий, рефлексия.

Подростковый возраст от 11-12 лет. Переход от детства к взрослости составляет главный смысл и специфическое различие этого этапа. Подростковый период считается «кризисным», такая оценка обусловлена многими качественными сдвигами в развитии подростка. Именно в этом возрасте происходят интенсивные и кардинальные изменения в организации ребенка на пути к биологической зрелости и полового созревания. Анатомо-

физиологические сдвиги в развитии подростка порождают психологические новообразования: чувство взрослости, развитие интереса к противоположному полу, пробуждение определенных романтических чувств. Характерными новообразованиями подросткового возраста есть стремление к самообразованию и самовоспитанию, полная определенность склонностей и профессиональных интересов.

По направлению – командные спортивные игры.

По форме реализации – групповая, с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в подгруппах, в парах. Набор в группы – свободный, по желанию. Обучающиеся к началу занятий приносят медицинские справки от врача, разрешающие заниматься данным видом спорта.

По возрасту – от 7 до 12 лет.

По сроку реализации – 2 года.

База – МБОУ «Средняя школа № 1».

Количество часов занятий по программе:

- второй и третий год обучения: 6 часов в неделю (3 раза по 2 часа), количество часов в год – 270.

Продолжительность одного часа – 45 минут.

Форма обучения – очная.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы базового уровня – создание благоприятных условий для укрепления и сохранения здоровья обучающихся, способствующих гармоничному развитию личности, посредством привлечения их к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

Предметные:

- совершенствовать терминологию футбола и технику игры;
- совершенствовать специальные технические умения, овладеть индивидуальными методами действий в игре.

Метапредметные:

- приобщать детей к истокам мирового, советского и российского спорта;
- формировать основы здорового образа жизни;
- развить двигательные качества, раскрывать спортивные способности детей.

Личностные:

- формировать мировоззрения гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов, патриотизм, культуру общения с микро- и макро-коллективами, воспитывать чувства гордости и ответственности за спортивное наследие;
- формировать самодисциплину и ответственность;
- формировать чувство коллективизма, развивать чувство толерантности, формировать потребность добросовестного отношения к занятиям футболу.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план **второго года обучения (базовый уровень)**

программы:

№ п/п	Название раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1 «Введение в программу»				
1.1	Вводное занятие. Инструктажи. Оборудование и инвентарь	2	2	-	Собеседование
	Итого часов раздела	2	2	-	
2	Раздел 2 «Основы здорового образа жизни»				
2.1	Развитие футбола в стране и за рубежом	1	1	-	Собеседование/тестирование
2.2	Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена Сведения о строении и функциях организма человека	1	1	-	Собеседование
	Итого часов раздела	2	2	-	
3	Раздел 3 «Общая физическая подготовка»				
3.1	Легкая атлетика	8	1	7	Тестирование
3.2	Гимнастика	3	1	2	Педагогическая диагностика
3.3	Разминка перед тренировочными занятиями: комплексы (упражнения с	44	3	41	Педагогическая диагностика

	мячами и без мячей), растяжки				
3.4	Тестирование по ОФП	2	-	2	Тестирование
	Итого часов раздела	57	5	52	
4	Раздел 4 «Основные приемы игры»				
4.1	Техника футбола	81	21	60	Тестирование
4.2	Тактика футбола	94	15	79	Педагогическая диагностика
4.3	Соревнования (календарные, товарищеские)	26	2	24	Педагогическая диагностика
	Итого часов раздела	201	38	163	
5	Раздел 5 «Решение тактических упражнений»				
5.1	Разбор различных методов решения тактических упражнений, игр	8	3	5	Собеседование
	Итого часов раздела	8	3	5	
	ИТОГО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	270	50	220	

Учебно-тематический план третьего года обучения (базовый уровень)

программы:

№ п/п	Название раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1 «Введение в программу»				
1.1	Вводное занятие. Инструктажи. Оборудование и инвентарь	2	2	-	Собеседование
	Итого часов раздела	2	2	-	
2	Раздел 2 «Основы здорового образа жизни»				
2.1	Физиологические основы спортивной тренировки	1	1	-	Собеседование/тестирование
2.2	Морально-волевые качества спортсмена	1	1	-	Собеседование
	Итого часов раздела	2	2	-	
3	Раздел 3 «Общая физическая подготовка»				
3.1	Легкая атлетика	5	1	4	Тестирование
3.2	Гимнастика	3	1	2	Педагогическая диагностика
3.3	Разминка перед тренировочными занятиями: комплексы (упражнения с мячами и без мячей), растяжки	44	3	41	Педагогическая диагностика
3.4	Тестирование по ОФП	5	-	5	Тестирование
	Итого часов раздела	57	5	52	
4	Раздел 4 «Основные приемы игры»				
4.1	Техника футбола	77	17	60	Тестирование
4.2	Тактика футбола	94	15	79	Педагогическая диагностика
4.3	Соревнования (календарные, товарищеские)	30	2	28	Педагогическая диагностика
	Итого часов раздела	201	34	167	
5	Раздел 5 «Решение тактических упражнений»				
5.1	Разбор различных методов решения тактических упражнений, игр	8	3	5	Собеседование
	Итого часов раздела	8	3	5	
	ИТОГО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	270	46	224	

1.3.2. Содержание учебно-тематического плана

Содержание программы второго года обучения (базовый уровень):

Раздел 1 «Введение в программу»:

1.1 Вводное занятие. Инструктажи. Оборудование и инвентарь:

Теория: инструктажи по ТБ и ПБ, антитеррористической угрозе, знакомство с планом работы на год.

Раздел 2 «Основы здорового образа жизни»:

2.1 Развитие футбола в стране и за рубежом:

Теория: история развития футбола в России и за рубежом.

2.2 Врачебный контроль и самоконтроль спортсмена. Сведения о строении и функциях организма человека:

Теория: контроль. Оформление личных листков самоконтроля.

Раздел 3 «Общая физическая подготовка»:

3.1 Легкая атлетика:

Теория: демонстрация упражнений.

Практика: выполнение упражнений с изменением длины и частоты шагов, с перешагиванием через скамейки, «в коридорчике», в различном темпе под звуковые сигналы, ходьба гуськом, на носках. Бег с преодолением 3-4 препятствий, приставными шагами, правым, левым боком вперёд, с высоко поднятыми коленями, захлестыванием голени назад, бег спиной вперед. Равномерный, медленный бег до 5 минут. Бег с изменением скорости, с прыжками через «условные рвы», из различных исходных положений, Мини соревнования на пробег до 60 м. Кросс до 3 км.

3.2 Гимнастика:

Теория: демонстрация упражнений.

Практика: выполнение акробатических упражнений: группировка, перекаты в группировке, группировка лёжа на животе и из упора стоя на коленях (упражнения выполняются на гимнастических матах).

3.3 Разминка перед тренировочными занятиями: комплексы (упражнения с мячами и без мячей), растяжки:

Теория: демонстрация упражнений.

Практика: выполнение упражнений с футбольными мячами и без мячей.

3.4 Тестирование по ОФП:

Практика: выполнение нормативов по бегу на 60 м, 30 м, Подтягивание на турнике, отжимание в упоре лежа. Удары по мячу на дальность и точность. Бег с мячом на скорость. Прыжки в длину с места, выбрасывание мячей на дальность. Жонглирование мячом (количество раз).

Раздел 4 «Основные приемы игры»:

4.1 Техника футбола:

Теория: ведение мяча, совершенствование жонглирования мячом, остановка мяча, передача мяча, удары по мячу, обманные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, техника вратаря.

Практика: ведение мяча:

- серединой подъема;
- носком;
- левой и правой ногой поочередно;
- по прямой;
- меняя направления;
- между стоек и движущихся партнеров;
- по кругу разных диаметров;
- по восьмерке;
- с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений;
- с обводкой стоек;
- с применением обманных движений;
- с последующим ударом в цель;
- «змейкой» внутренней стороной стопы;
- «змейкой» внешней стороной подъема спиной назад;
- после остановок разными способами.

Совершенствование жонглирования мячом:

- одной ногой (стопой);
- двумя ногами (бедрами);
- с чередованием стопа-бедро одной ногой;
- с чередованием стопа-бедро двумя ногами;
- головой;
- с чередованием стопа-бедро-голова.

Остановка мяча:

- остановка опускающегося мяча подошвой;
- внутренней стороной стопы на месте;
- летящего мяча внутренней и внешней стороной стопы;
- остановка грудью на месте, в движении вперед и назад;
- остановка поворотом в сторону;
- опуская мяч в ноги для последующих действий.

Передачи мяча:

- короткие, средние и длинные;
- выполняемые разными частями стопы (внутренней и внешней стороной подъема);
- передача «под мостом»;
- головой;
- если передача мяча делается ногой, то мяч перед ударом может быть:
 - а) неподвижен;
 - б) мяч движется по воздуху с разной скоростью, и игрок вначале останавливает его, а потом делает передачу.

Удары по мячу:

- удары по неподвижному мячу:
 - серединой подъема низом;
 - серединой подъема верхом;

- после прямолинейного бега;
 - после зигзагообразного бега;
 - после зигзагообразного бега (стойки, барьеры);
 - после имитации сопротивления партнера;
 - после реального сопротивления партнера (игра 1x1),
 - слета;
 - головой в падении.
- удары по движущемуся мячу:
 - прямолинейное ведение и удар;
 - обводка стоек и удар;
 - обводка партнера и удар.
 - удары после приема мяча:
 - после коротких, средних и длинных передач мяча;
 - после игры в стенку (короткую и длинную).
 - удары в затрудненных условиях:
 - по летящему мячу;
 - из-под прессинга;
 - в игровом упражнении (1x1).
 - удары в упражнениях, моделирующих фрагменты игры;
 - удары в реальной игре:
 - завершение игровых эпизодов;
 - штрафные и угловые удары.

Обманные движения (финты):

- финт, после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону);
- ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком.

Отбор мяча:

- отбор мяча: выбор момента для отбора мяча;

- выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом.

Вбрасывание мяча:

- вбрасывание мяча из-за боковой линии с шага;
- точно и своевременно выполнить вбрасывание в ноги партнеру;
- вбрасывание на свободное место;
- вбрасывание на удар;
- вбрасывание на точность и на дальность.

Техника вратаря:

- основная стойка вратаря;
- передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, перекрестным шагом и скачками на двух ногах;
- ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке;
- ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения;
- выбивание мяча от ворот с места.

4.2 Тактика футбола:

Теория: тактика футбола.

Практика: тактика нападения: упражнения для развития умения «видеть» поле, выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом-подпрыгнуть, имитировать удар ногой.

Тактика нападения:

а) индивидуальные действия без мяча: правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперников.

б) индивидуальные действия с мячом: целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча, Определение игровой ситуации, целесообразности для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.

в) групповые действия: точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

г) командные действия: выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды.

Тактика защиты:

а) индивидуальные действия: правильное расположение на футбольном поле. Выбор момента способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча.

б) групповые действия: взаимодействие в обороне при равном соотношении сил противника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. Организация противодействия комбинации «стенка» Взаимодействие в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

в) командные действия: организация обороны по принципу персональной защиты. Выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника флангом и через центр. Спортивные и подвижные игры (по упрощенным правилам). Учебные и тренировочные игры 3x3, 4x4, 5x5, применяя в них изученный программный материал.

Тактика вратаря: организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот, подсказ партнером при обороне, как занять правильную позицию.

4.3 Соревнования (календарные, товарищеские):

Теория: правила соревнований.

Практика: участие в турнирах и соревнованиях различного уровня.

Раздел 5 «Решение тактических упражнений»:

5.1 Разбор различных методов решения тактических упражнений, игр:

Теория: анализ и разбор проведенных игр и товарищеских матчей.

Практика: разборка домашних заданий: разбор игр, упражнения по технике футбола.

Содержание программы третьего года обучения (базовый уровень):

Раздел 1 «Введение в программу»:

1.1 Вводное занятие. Инструктажи. Оборудование и инвентарь:

Теория: инструктажи по ТБ и ПБ, антитеррористической угрозе, знакомство с планом работы на год.

Раздел 2 «Основы здорового образа жизни»:

2.1 Физиологические основы спортивной тренировки:

Теория: основы тренировки для спортсменов.

2.2 Морально-волевые качества спортсмена:

Теория: морально-волевые качества спортсменов на примере известных футболистов.

Раздел 3 «Общая физическая подготовка»:

3.1 Легкая атлетика:

Теория: строевые упражнения.

Практика: команды для управления строем. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроения в шеренге, в колонне. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Изменение скорости движения. Переход с шага на бег, с бега на шаг. Повороты в движении. Высокий старт, бег с высокого старта на короткие дистанции (30, 40 метров). Челночный бег 3х10 м., 4х10м., встречные эстафеты, беговые и прыжковые упражнения.

3.2 Гимнастика:

Теория: упражнения на развитие гибкости.

Практика: упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

3.3 Разминка перед тренировочными занятиями: комплексы (упражнения с мячами и без мячей), растяжки:

Теория: комплексы упражнений.

Практика: упражнения с набивными мячами, броски друг другу одной рукой от правого и левого плеча. Броски одной и двумя руками через голову. Подбрасывание мяча вверх, и ловля его, то же, с поворотом кругом. Упражнения с волейбольными, футбольными, теннисными мячами, гимнастическими палками, скакалкой. Упражнения на месте (стоя, сидя, лежа) и в движении. Упражнения в парах, в группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной обеих ногах, с вращением скакалки вперед и назад, прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полу приседе. Упражнения с малыми мячами: броски и ловля мяча после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену, на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

3.4 Тестирование по ОФП:

Практика: выполнение нормативов по бегу на 60 м, 30 м, Подтягивание на турнике, отжимание в упоре лежа. Удары по мячу на дальность и точность. Бег с мячом на скорость. Прыжки в длину с места, выбрасывание мячей на дальность. Жонглирование мячом (количество раз).

Раздел 4 «Основные приемы игры»:

4.1 Техника футбола:

Теория: совершенствование ведения, приема, остановки и жонглирования мяча.

Практика: Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы: правой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнеров. Ведения мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих сопер-

ников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом. Отработка и совершенствование приема мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей.

4.2 Тактика футбола:

Теория: тактические приемы в футболе.

Практика: тактика нападения: индивидуальные действия без мяча:

- выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча;
- эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Индивидуальные действия с мячом:

- применение различных видов обводки с изменением скорости и направления движения с мячом, применяя изученные финты в зависимости от игровой ситуации;
- выполнение ударов на точность после остановки, ведения и обманных движений.

Групповые действия:

- взаимодействие с партнерами при равном соотношении с соперником, используя короткие и средние передачи;
- взаимодействие двух и трех игроков, комбинации в парах «скрещивание»;
- начало и развитие атаки из стандартных положений.

Командные действия: расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тактика защиты: индивидуальные действия:

- закрепление умения в «перехвате» мяча;
- противодействие передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия:

- взаимодействие в обороне при численном большинстве сил соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров;
- организация противодействия комбинациям «скрещивание»;
- закрепление умения взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций;
- закрепление умения организации и построение «стенки».

Командные действия:

- организация обороны по принципу зонной защиты;
- выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика вратаря:

- закрепление умения организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот, подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию.

4.3 Соревнования (календарные, товарищеские):

Теория: правила проведения соревнований.

Практика: участие в соревнованиях.

Раздел 5 «Решение тактических упражнений»:

5.1 Разбор различных методов решения тактических упражнений,

игр:

Теория: анализ тактических упражнений.

Практика: разбор домашних заданий: игр, упражнений по технике футбола.

1.4. Планируемые результаты

Результаты программы базового уровня обучения:

Предметные:

- усовершенствована терминология футбола и техника игры;
- усовершенствованы специальные технические умения, владеют индивидуальными методами действий в игре.

Метапредметные:

- приобщены к истокам мирового, советского и российского спорта;
- сформированы основы здорового образа жизни;
- развиты двигательные качества, спортивные способности детей.

Личностные:

- мировоззрение гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов, патриотизм, культуру общения с микро- и макро-коллективами, чувства гордости и ответственности за спортивное наследие;
- самодисциплина и ответственность;
- чувство коллективизма, толерантности, потребность добросовестного отношения к занятиям футболу.

2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Условия реализации программы

Занятия проходят на базе МБОУ «Средняя школа № 1». Для тренировок используется спортивный зал. Помещение соответствует санитарно-гигиеническим нормам: хорошо освещено, в нём соблюдается температурный режим.

Для проведения занятий имеется необходимый инвентарь: мячи, обручи, скакалки, канаты, маты, инвентарь для прохождения полосы препятствий, спортивные снаряды и т. д.

С обучающимися 2 раза в год проводится инструктаж по технике безопасности. В обязательном порядке обучающиеся предъявляют медицинские справки с разрешением заниматься в объединении.

Необходимым условием реализации программы является посещение педагогом курсов повышения квалификации, а также самообразование: посещение занятий коллег по профилю, методических объединений, участие в работе мастер-классов.

Занятия проводит педагог дополнительного образования Додонов Александр Юрьевич.

Коллектив сотрудничает с другими футбольными клубами города. Широко освещается деятельность клуба в средствах массовой информации: газетах «Иваново – Пресс», «Рабочий край», «Ивановская газета».

2.2. Формы аттестации обучающихся

Для обучающихся объединения предусмотрена обязательная для проведения промежуточная и итоговая аттестация по «Методике определения результатов образовательной деятельности», которая включает в себя оценку уровня теоретической и практической подготовки, оценку уровня развития и воспитанности обучающихся.

Сроки проведения промежуточной аттестации – первое полугодие учебного года (декабрь), во втором полугодии учебного года (май) проводится итоговая аттестация.

Формы аттестации обучающихся: собеседование, тестирование, педагогическая диагностика.

2.3. Оценочные материалы

Разработан и применяется в качестве оценочного материала пакет диагностических методик, позволяющих определить достижения обучающихся в соответствии с планируемыми результатами программы: предметными, метапредметными и личностными.

Предметные результаты деятельности:

- Методика «Взаимосвязь самосознания, функции субъекта жизнедеятельности и системы «Я – мир» (оценка результатов обучения, взаимодействия в коллективе, оценка формирования мировоззрения, мышления, морально-нравственного сознания, здорового и безопасного образа жизни, оценка самоконтроля, самооценки в учебной и познавательной деятельности, культуры общения со взрослыми и сверстниками).

Формы применения методики педагогом:

- тестирование.

Предметные результаты деятельности:

Педагогическая диагностика: уровень актуальных знаний и навыков, необходимых для реализации программы (входная диагностика и диагностика итоговая – перевод на следующий год обучения).

Метапредметные результаты деятельности:

1. Методики для обучающихся младшего школьного возраста:
 - Методика «Лесенка» автор В.Г. Щур;
 - Тест дивергентного мышления Вильямса.
2. Методика определения коммуникативной толерантности (В. Бойко);
3. Тест по определению развития волевых качеств.

Личностные результаты деятельности:

1. Методика для изучения социализированности личности обучающегося (автор Рожков);
2. Уровень воспитанности обучающихся (методика Н. П. Капустина).

2.4. Методические материалы

Методика обучения представляет собой условия, при которых программа будет давать максимальные результаты:

1. Занятия футболом должны быть ежедневными. Они должны сочетаться с домашними тренировками, т. е. обязательны задания на дом. Контроль за выполнением домашнего задания должен осуществляться педагогом своевременно.
2. Участие в соревнованиях должно быть серьёзным. Обучающийся должен стремиться:
 - выигрывать;
 - быть внимательным;
 - играть активно, размышлять над каждым движением;
3. Занятия должны быть интересными, разнообразными по формам, соответствовать возрастным и психологическим особенностям обучающихся.

4. Занятия должны выстраиваться по системе. Обучающиеся должны понимать, зачем делают каждое движение, упражнение по технике и тактике футбола и каков должен быть результат.
5. Должно быть обеспечено правильное соотношение теории и практики в обучении.
6. Необходимо обеспечение обучающихся соревнования соответствующей подготовке и возрастной группы.

Образовательный процесс реализуется на трех уровнях:

- репродуктивный (ознакомительный);
- тренировочный (основной);
- итоговый (перевод в группу, для прохождения обучения по базовой программе).

В основе учебного процесса лежат групповые занятия в количестве 15 человек.

На занятиях используются следующие методы: теоретический, практический, наглядно-образный.

Методы работы:

- передача информации (практические, словесные и др.);
- методы мотивации и стимулирования (снятие закомплексованности, настрой на положительный результат);
- методы формирования интереса к занятиям и мероприятиям в коллективе (разнообразие форм занятий, игровая деятельность, творческие задания и др.);
- методы активизации деятельности (самостоятельное включение в деятельность).

Формы работы с детьми на занятии: беседы, игровая деятельность, объяснение нового материала, организация практической работы – соревнований, тренировочных игр, решение тактических задач; тренировочные внут-

ригрупповые игры, анализ сыгранных матчей обучающимися, разбор ошибок с использованием учебных пособий и специализированной литературы.

Методики обучения футболу опираются так же на обще дидактические принципы обучения и приёмы:

1. Принцип добровольности.
2. Принцип доступности в обучении с учетом возрастных особенностей (строится на знании физиологических и психических особенностей обучающихся (при планировании нагрузки, тематики и формы проведения занятий и мероприятий в коллективе)).
3. Принцип наглядности (связан с постоянным использованием на занятиях такого приема как показ педагогом определенных движений по технике и тактике игры в футбол, чтобы добиться правильного технического исполнения, определенного технического или тактического приема).
4. Принцип воспитывающего обучения (важно, что у обучающихся формируются и совершенствуются навыки, развивает, память мышление, речь, воображение и т. д., формируется чувство ответственности, происходит становление личности).
5. Принцип дифференцированного и индивидуального подхода (индивидуальный подход к каждому ребёнку применяется на всех занятиях, осуществляется постоянный контакт педагог-ребёнок, в совместном творчестве устанавливается подлинное равенство, идёт общение, устанавливается нормальный микроклимат).
6. Принцип уважения взглядов, позиций и мнения каждого ребёнка (уважение к личности ребёнка, развитие толерантности).
7. Принцип создания ситуации успеха (каждому ребёнку создаются условия для самовыражения, для реализации его таланта).
8. Принцип системности и последовательности отражен в подборе содержания занятий. Рабочая программа построена с использованием принципа цикличности.

Каждое занятие включает в себя разминку, объяснение и изучение нового материала, повторение и закрепление уже изученного на прошлых занятиях. На занятиях большое внимание уделяется физическому воспитанию обучающихся и повышению уровня их мастерства.

Показатели уровня развития обучающихся: нормативы по общей физической и специальной (футбол) подготовке юных футболистов команды «Русский Манчестер».

В период обучения в секции юные футболисты подвергаются испытаниям по физической и технической подготовке.

Контрольные нормативы

Специализация и направленность	Вид и № упражнения		9-11 лет					12-14 лет				
			Оценка результата в баллах					Оценка результата в баллах				
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
Общая физическая подготовка	Для полевых игроков и вратарей											
	скорость	1. Бег 10 м (сек)	2,8	2,6	2,4	2,3	2,2	2,7	2,5	2,3	2,2	2,1
		2. Бег 30 м (сек)	5,9	5,8	5,6	5,4	5,3	5,7	5,5	5,4	5,3	5,0
		3. Бег 60 м (сек)	10,5	10,3	10,1	9,9	9,7	10,3	10,1	9,9	9,7	9,5
	скоростная выносливость	4. Челночный бег 3 х 10 м (сек)	10,0	9,8	9,5	9,1	8,8	9,8	9,5	9,1	8,8	8,6
		5. Челночный бег 120 м (сек)	-	-	-	-	-	29,9	29,6	29,3	29,1	28,9
6. Бег 300 м (сек)		66	65	64	63	62	64	63	62	61	60	
скоростно-силовая	7. Бег 6 мин (м)	750	850	950	1100	1150	850	950	1050	1150	1200	
	8. Выпрыгивание по Абалкову (см)	-	-	-	-	-	33	34	35	36	37	
	9. Прыжок в длину (см)	130	135	145	160	165	130	140	155	165	175	
	10. 3-х кратный прыжок (см)	400	410	420	430	440	410	420	430	440	460	
	11. многоскок и 8-ми кратные (см)	9,5	9,7	10,0	10,5	11,0	10,5	11,0	11,5	12,0	12,5	
сила	12. Подтягива	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	

		ние на переклади не (раз)										
Специальная физическая подготовка	Для полевых игроков											
	скоростно-силовая	13. Выбрасывание мяча руками	6	7	8	9	10	8	9	10	11	12
	Для полевых игроков и вратарей											
	скоростно-силовая	14. Удары по мячу на дальность (м). Сумма ударов.	20	22	24	26	28	26	28	30	32	34
Скорость	15. Бег 30 м с ведением мяча (сек)	7,0	6,9	6,8	6,7	6,5	6,8	6,6	6,7	6,2	6,0	
Техническая подготовка	Для полевых игроков											
		16. Удары по воротам на точность (м)	1	2	3	4	5	2	3	4	5	6
		17. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам	10,2	10,1	9,9	9,7	9,5	10,0	9,9	9,7	9,5	9,3
	18. Жонглирование (раз)	3	4	5	6	8	3	5	6	7	8	

2.5. Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов в год	Режим занятий
2 г/о	01.09.2023	31.08.2023	45	135	270	2 раза в неделю по 3 часа
3 г/о	01.09.2023	31.08.2023	45	135	270	2 раза в неделю по 3 часа

2.6. Список литературы

1. Андреев, С. Н. Играй в футбол / С. Н. Андреев. – М.: ПОМАТУР, 2019. – 140 с.
2. Аршавин, А. С. Мы сделали это! История великой победы: моногр. – М.: Проспект, 2018. – 208 с.
3. Бенгсбо, Й. Оборонительная тактика в футболе / Й. Бенгсбо, Б. Пейтерсон. – М.: Олимпийская литература, 2017. – 164 с.
4. Винокуров, О. В. Пеле: моногр. / О. В. Винокуров. – М.: Книжный клуб, 2020. – 136 с.
5. Голомазов, С. В. Футбол. Универсальная техника атаки / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. – М.: Дивизион, 2017. – 680 с.
6. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов / К. Гриндлер, Х. Пальке, Х. Хеммо. – М.: Физкультура и спорт, 2018. – 256 с.
7. Добронравов, И. Биографический очерк / И. Добронравов, А. Хомич. – М.: Книжный клуб, 2017. – 411 с.
8. Малов, В. И. Тайны знаменитых футболистов / В. И. Малов – М.: Оникс-ЛИТ, 2018. – 636 с.

Список литературы для обучающихся:

1. Гиффорд, К. Все о футболе / К. Гиффорд. – М.: АСТ, Астрель, Кладезь, 2017. – 108 с.
2. Догановский, Д. Зенит: история в лицах / Д. Догановский. – М.: Иван Федоров, 2018. – 456 с.

Интернет-источники:

1. Российский футбольный союз – <https://rfs.ru/>
2. Онлайн-журнал «Путь футболиста» – <https://ballway.ru/category/interview/deti/>
3. Блог о детском футболе – <https://www.sports.ru/#menu-sub>
4. Министерство образования и науки РФ – <https://www.minobrnauki.gov.ru/?&/>

5. Министерство спорта РФ – www.minsport.gov.ru
6. МБУ ДО ДДТ № 3 - <http://ddt3.ivedu.ru/>

3. «Воспитание» (рабочая программа воспитания)

Рабочая программа воспитания объединения «Русский Манчестер»

Рабочая программа воспитания предназначена для всех обучающихся в возрасте 7-12 лет. Реализация цели и задач данной программы воспитания осуществляется в рамках следующих модулей воспитательной работы: «Учебное занятия», «Детское объединение», «Воспитательная среда», «Работа с родителями», «Безопасность». Мероприятия в объединении по каждому модулю отражены в календарном плане воспитательной работы.

3.1. Цель и задачи воспитательной работы

Цель рабочей программы воспитания – создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи рабочей программы воспитания:

- выявить и развить творческих способности обучающихся путем создания творческой атмосферы в коллективе: совместной творческой деятельности педагогов, обучающихся и родителей;
- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
- создать условия, направленные на формирование нравственной культуры и способствующие умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности, а также расширение кругозора;
- сформировать у детей гражданско-патриотическое сознание;

- пропаганда здорового образа жизни, профилактика правонарушений, социально-опасных явлений;
- сформировать понимание ценности жизни, здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать стремление к соблюдению норм спортивной этики;
- сформировать интерес к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивным достижениям;
- сформировать стремление к командному взаимодействию, стремление к победе;
- сформировать готовность к защите Российского Отечества;
- Воспитать ценностное отношение к отечественной культуре.

3.2. Приоритетные направления деятельности

Личностные результаты освоения рабочей программы воспитания должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

Гражданского воспитания: готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе, представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство; помощь людям, нуждающимся в ней).

Патриотического воспитания: осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России, ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

Физическое направление способствует формированию культуры ведения здорового и безопасного образа жизни, развитию способности к сохранению и укреплению здоровья.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни с опорой на собственный жизненный и читательский опыт; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья, соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в интернет среде в процессе школьного образования; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

3.3. Формы и методы воспитательной работы

Формы воспитательной работы

Наиболее часто применяемыми формами воспитательной работы являются: учебное и практическое занятия, тренировка, соревнование.

Учебное занятие позволяет обучающимся усвоить информацию имеющую воспитательное значение, получить опыт деятельности, в которой формируются, проявляются и утверждаются ценностные, нравственные ориентации.

На занятиях обучающиеся получают информацию о достижениях в науке и спорте, героях страны.

Учебные занятия часто являются источником формирования у детей сферы интересов, этических установок, личностных позиций и норм поведения.

Практическое занятие проводится в виде тренировок, подготовок к соревнованиям и мероприятиям. Такие занятия дают возможность обучающимся закрепить полученные теоретические знания, совершенствовать практические умения и навыки. Они способствуют усвоению и применению правил поведения и коммуникации, формированию позитивного и конструктивного отношения к событиям, в которых они участвуют, к членам своего коллектива.

Соревнования — способствуют закреплению ситуации успеха, развивают рефлексивные и коммуникативные умения, ответственность, благоприятно воздействуют на эмоциональную сферу обучающихся.

Методы воспитательной работы

Для наиболее эффективной организации воспитательного процесса применяется комплекс методов.

Наглядные методы:

- демонстрация плакатов, схем, таблиц, моделей;
- использование технических средств;
- просмотр видеороликов.

Словесные методы:

- лекция;

- беседа;
- объяснение;
- инструктаж.

Практические методы:

- практические задания.

3.4 Планируемые результаты воспитательной работы

Результаты рабочей программы воспитания:

- сформирована способность активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- воспитана культура самоконтроля своего физического состояния;
- сформировано стремление к соблюдению норм спортивной этики;
- воспитаны положительные качества личности и способность управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- воспитаны дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- усиление ориентации обучающихся на духовные ценности, воспитание юного гражданина;
- созданы способствующей воспитанию человека и гражданина, ответственного за свою судьбу и судьбу своего Отечества.

3.5. Календарный план воспитательной работы объединения «Русский Манчестер» на 2023 – 2024 учебный год

№	Наименование мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения	Ответственные
МОДУЛЬ «Учебное занятие»				
1	Учебные занятия по программе	Учебное, практическое занятие	6 и последующие г/о – с 15.09.2023 – 31.08.2024	Кокурин М.Ю.

2	Участие в разноуровневых соревнованиях. Обмен опытом	Соревнование	В течение года	Кокурин М.Ю.
МОДУЛЬ «Детское объединение»				
1	Спортивный праздник		Сентябрь	Кокурин М.Ю.
2	Проведение семейного спортивного праздника «Веселые эстафеты»		Ноябрь	Кокурин М.Ю.
3	Коллективные творческие дела	интеллектуальные игры, конкурсы, фестивали, круглые столы, и другое	В течение года	Кокурин М.Ю.
МОДУЛЬ «Воспитательная среда»				
1	Изучение символов России (гимн, флаг, герб)	Беседа	Сентябрь	Кокурин М.Ю.
2	Акция «Свеча Памяти», посвящённая Дню памяти о россиянах, исполняющих служебный долг за пределами Отечества: - митинг «Памяти павших, во имя живых»	Акция	Февраль	Кокурин М.Ю.
3	Акция «Под флагом Отечества»	Акция	Август	Кокурин М.Ю.
МОДУЛЬ «Работа с родителями»				
1	Родительское собрание	Беседа	Сентябрь, май	Кокурин М.Ю.
2	Индивидуальные беседы, консультации. («Моральная поддержка спортсмена», «Вредные привычки»)	Беседа	В течение года	Кокурин М.Ю.
3	Посещение родителями занятий	Беседа	В течение года	Кокурин М.Ю.
МОДУЛЬ «Безопасность»				
1	Первичный инструктаж по охране труда, правилам пожарной безопасности, поведения на дороге, поведения при угрозе ЧС и теракта.	Беседа	Сентябрь, 2023 Март 2024	Кокурин М.Ю.
2	Проведение бесед по антикоррупционному поведению	Беседа	Ноябрь	Кокурин М.Ю.
3	Проведение бесед по информационной безопасности в сети Интернет	Беседа	Декабрь	Кокурин М.Ю.
4	Беседы по профилактике разрешения конфликтных ситуаций	Беседа	Февраль	Кокурин М.Ю.
5	Проведение бесед о здоровом образе жизни	Беседа	Апрель	Кокурин М.Ю.
6	Правила поведения в общественных местах в летнее время, правила поведения у водоемов.	Беседа	Май	Кокурин М.Ю.