

**ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГОРОДСКОЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СПОРТИВНЫЙ»**

**СОГЛАСОВАНО**

Педагогическим советом  
МОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»  
(протокол от 6.06.2019 года № 4)

**УТВЕРЖДЕНО**

приказом директора  
МОУДО «ГДЮЦ «Спортивный»  
от 10.06.2019 № 181/1 у/д

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Футбол»**

физкультурно-спортивной направленности

Возраст обучающихся: 7-15 лет  
Срок реализации программы: 2 года

Автор составитель:  
Беликов Игорь Андреевич,  
педагог дополнительного образования

г. Липецк, 2019

## **Пояснительная записка.**

Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом, совершенствуется функциональная деятельность, обеспечивается правильное физическое развитие. Формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

**Направленность программы.** Данная программа является модифицированной и относится к физкультурно-спортивной направленности.

**Актуальность программы.** Футбол – игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное, физическое развитие, формируются такие положительные черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность, чувство ответственности, также занятия футболом – благодатная почва для развития координационных и кондиционных качеств и двигательных умений обучающихся.

**Отличительная особенность программы.** Отличительной особенностью данной программы является то, что в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают расширенное представление об игре в футбол, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут не только самостоятельно играть в футбол, но и реализовать объективное суждение, также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

**Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы.**

Возрастная категория обучающихся: 7-15 лет.

**Формы и режим занятий.**

Форма занятий – очная. Срок реализации программы: 2 года.

Количество учебных часов:

1 год обучения – 144 часа;

2 года обучения – 144 часов;

Занятия в группах первого, второго года обучения проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Образовательный процесс осуществляется в группах обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий. Количество занимающихся в группе 15-17 человек. Дети должны иметь медицинский допуск к занятиям кикбоксингом.

## Цель и задачи программы

**Цель:** формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств учащихся, овладения техникой и тактикой игры в футбол и ее основными правилами.

### Задачи:

Образовательные:

- формирование физических навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности и психофизического содержания.

- формированием правильной осанки и культуры движений; начальных умений, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных формах.

- формирование представлений о виде спорта - футбол, его возникновении, развитии и правил соревнований.

Воспитательные:

- воспитание у обучающихся чувства ответственности за свои действия перед коллективом;

- воспитание взаимопомощи и трудолюбия;

- воспитание коммуникативных качеств.

Развивающие:

-развитие всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;

- развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладания.

- развитие лидерских качеств, инициативы и социальной активности

## Учебный план

№ п/п	Наименование модуля	Кол-во часов		Форма аттестации/контроля
		1 г.о.	2 г.о.	
1.	Модуль 1 «Начальный уровень»	144		Промежуточная аттестация (тестирование, контрольные испытания)
3	Модуль 2 «Базовый уровень»		144	Промежуточная аттестация (тестирование, контрольные испытания). Итоговая аттестация (тестирование, контрольные испытания)

## Календарный учебный график

Элементы учебного графика	Характеристика элемента	
Продолжительность учебного года, его	Этапы образовательного	1 год обучения

начало и окончание	процесса	
	Начало учебного года:	1 сентября
	Окончание учебного года:	31 мая
	Сроки комплектования учебных групп 1 года обучения	1 сентября - 15 сентября
	Продолжительность учебного года	36 недель
	Продолжительность занятия	2 академических часа (1 академический час 45 мин)
	Число и продолжительность занятий в день	1 занятие, 2 академических часа
	Каникулы зимние	1-9 января
	Каникулы летние	1 июня-31 августа
Учебная неделя	Продолжительность учебной недели 7 дней, для 1-го, 2-го года обучения- 4 часа в неделю – 2 занятия в неделю	
Режим работы в период летних каникул	<p>Расписание занятий меняется:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формируются сводные группы из числа обучающихся;</li> <li>- организуется работа с одаренными детьми;</li> <li>- проводятся занятия и мероприятия по специальному расписанию в форме экскурсий, учебно-тренировочных сборов, спортивно-оздоровительных мероприятий;</li> <li>- по отдельному плану ведется работа с детьми в летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей (кружковая деятельность и массовые мероприятия);</li> <li>- участие в рекламной кампании по комплектованию учебных групп на новый учебный год</li> </ul>	

### **Рабочая программа**

#### **Модуль 1 «Начальный уровень»**

**Цель:** приобщение к физической культуре и спорту через занятия футболом, адаптация в современных условиях.

**Задачи:**

**Личностные:**

- воспитание у юных спортсменов чувство ответственности за свои действия перед коллективом;

- воспитание взаимопомощи и трудолюбия;

**Метапредметные:**

- развитие всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
  - развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладания.
- Образовательные (предметные)**
- формирование физических навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности и психофизического содержания.
  - формированием правильной осанки и культуры движений; начальных умений, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных формах.

**Планируемые результаты.** По окончанию освоения модуля 1 «Начальный уровень» обучающиеся должны:

- овладеть теоретическими знаниями и тактико-техническими навыками игры в футбол;
- уметь использовать межпредметные понятия и знания, полученные в других предметных областях для решения командных игровых тактических задач
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовленности (ОФП)

### **Содержание модуля 1**

#### **1. Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России (2 часа)**

Теория: 2 часа

- инструктаж по технике безопасности на занятиях по футболу;
- понятие - физическая культура, как составная часть социалистической культуры и как средство воспитания;
- врачебный контроль.

#### **2. Гигиенические знания и навыки. Закаливание (2 часа)**

Теория: 2 часа

- личная гигиена
- общий режим дня обучающегося;
- профилактика вредных привычек;
- значение правильного питания для юного спортсмена;
- использование естественных факторов природы в целях закаливания организма;
- составления личного распорядка дня и режима питания;

#### **3. Правила игры в футбол (2 часа)**

Теория: (2 часа)

- разбор и изучение правил игры в «малый футбол»;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- тестирование правил соревнований по футболу;
- опрос на знание обязанностей капитана команды;

#### **4. Общая и специальная подготовка (54 часа)**

Теория (2 часа)

- понятие – выносливость, гибкость, сила, быстрота
- основные способы развития специальной физической подготовки.

## Практика (52 часа)

- поднимание и опускание рук в стороны, вперёд, круговые вращения, сгибание, разгибание рук в упоре. Наклоны туловища вперёд и в стороны;
- выпады вперёд, в сторону, назад;
- прыжки в полу приседе;
- упражнения с набивным мячом (1-2 кг.);
- акробатические упражнения (кувырки вперёд с шага, длинный кувырок вперёд, кувырок назад из приседа);
- упражнения в висах и упорах (подтягивание: 2 подхода по 5 раз; из упора лёжа сгибание и разгибание рук: 2 подхода по 4-5 раз);
- легкоатлетические упражнения;
- подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «защита крепости», эстафеты с преодолением препятствий;
- спортивные игры. Ручной мяч;
- специальные упражнения для развития быстроты;
- специальные упражнения для развития ловкости.

## 5. Техника игры в футбол (46)

### Теория: (2 часа)

- классификация и терминология технических приёмов игры в футбол;
- прямой и резаный удар по мячу;
- понятие – точность удара и траектория полёта мяча после удара.

### Практика: (44 часа)

- анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях;
- техника передвижения- бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным шагом; повороты во время бега налево и направо;
- удары по мячу головой, удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега;
- удары по мячу ногой, удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному мячу;
- остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающего мяча- на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для поступающих действий;
- ведение мяча внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочередно;
- обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади;
- отбор мяча, перехват мяча - быстрый выход на мяч с целью определить соперника, которому адресована передача мяча;
- вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе и шага;
- техника игры вратаря; основная стойка вратаря; передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным 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.

### **6. Тактика игры в футбол (26 часа)**

Теория: (2 часа)

- понятие о тактике нападения, защиты и тактической комбинации;
- характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников, нападающих;

Практика: (24 часа)

- упражнение для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу;

- тактика нападения, индивидуальные действия без мяча, правильное расположение на футбольном поле;

- тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча;

- тактика нападения. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар;

- тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильная позиция по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча;

- тактика защиты. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка»;

- тактика защиты вратаря. Уметь выбирать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыграть удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли);

- учебные игры.

### **7. Промежуточная аттестация (2 часа)**

Тестирование, контрольные испытания.

### **8. Соревнования по футболу (10 часов)**

Практика 10 часов

Соревнования проводятся согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий учреждения.

## **Календарно–тематическое планирование**

### **Модуль 1**

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
		<b>144</b>	<b>13</b>	<b>131</b>
1.	Вводный занятие. Физическая культура и спорт в России	2	2	
2.	Правила игры в футбол	2	2	
3.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях	2		2

4.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Мастер-класс от профессионального футболиста	2	2	
5.	Гигиенические знания и навыки. Закаливание- личная гигиена. Общий режим дня обучающегося	2	2	
6.	Работа над техникой. Тренировочный матч	2	1	1
7.	Правила соревнований. Контрольный матч	2		2
8.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
9.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
10.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
11.	Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Техника передвижения- бег по прямой, изменяя скорость и направление; приставным шагом; повороты во время бега налево и направо	2	1	1
12.	Сдача нормативов. Тренировочный матч	2		2
13.	Работа над общей и специальной физической подготовкой: поднимание и опускание рук в стороны, вперёд, круговые вращения, сгибание, разгибание рук в упоре. Наклоны туловища вперёд и в стороны	2		2
14.	Работа над техникой. Анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях	2		2
15.	Работа над техникой. Удары по мячу головой, удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега	2		2
16.	Контрольный матч	2		2
17.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Виды ударов по мячу ногой	2		2
18.	Работа над тактикой Тренировочный матч	2	1	1
19.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
20.	Работа над общей и специальной	2		2

	физической подготовкой			
21.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Выпады вперёд, в сторону, назад, прыжки в полуприседе	2		2
22.	Работа над тактикой. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом	2	1	1
23.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
24.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
25.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
26.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
27.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
28.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
29.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
30.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
31.	Правила игры в мини-футбол	2		2
32.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
33.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
34.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
35.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Техника игры вратаря	2		2
36.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Техника игры вратаря	2		2
37.	Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильная позиция по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча	2		2
38.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
39.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
40.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Техника игры вратаря	2		2

41.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
42.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
43.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
44.	Гигиена, режим, питание	2		2
45.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
46.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
47.	Работа над общей и специальной физической подготовкой	2		2
48.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Обманные движения (финты)	2		2
49.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Обманные движения (финты)	2		2
50.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Обманные движения (финты)	2		2
51.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Отбор мяча, перехват мяча	2		2
52.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Отбор мяча, перехват мяча	2		2
53.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Отбор мяча, перехват мяча	2		2
54.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Отбор мяча, перехват мяча	2		2
55.	Мастер-класс от профессионального футболиста. Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2		2
56.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2		2
57.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2		2
58.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2		2
59.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Вбрасывание мяча из-за боковой линии	2		2
60.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Техника игры вратаря	2		2
61.	Работа над техникой. Тренировочный	2		2

	матч. Техника игры вратаря			
62.	Сдача нормативов. Тренировочный матч.	2		2
63.	Мастер-класс от футболиста. Тренировочный матч.	2		2
64.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
65.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
66.	Контрольный матч. Анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях	2		2
67.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
68.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
69.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
70.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		
71.	Итоговая аттестация. Тестирование, контрольные испытания.	2	1	1
72.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2

### Оценочные материалы к модулю 1 «Начальный уровень»

#### I-я часть (тестирование)

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов	Правильный ответ
1.	Какая страна считается основоположницей футбола?	1. Бразилия 2. Англия 3. Германия	2.
2.	Какова численность основного состава футбольной команды?	1. 10 2. 18 3. 11	3.
3.	С какого расстояния пробивается пенальти?	1. 6 метров 2. 9 метров 3. 11 метров	3.
4.	На каком участке поля вратарь может играть руками?	1. Штрафная 2. Вратарская 3. Половина поля своей	1.

		команды	
5.	Сколько основных и боковых судей обслуживает футбольный матч?	1. 5 2. 3 3. 7	2.
6.	Сколько длится один тайм в игре?	1. 45 минут 2. 25 минут 3. 60 минут	1.
7.	Сколько очков начисляется в футболе за победу?	1. 1 очко 2. 2 очка 3. 3 очка	3.
8.	Какая страна стала первым чемпионом мира по футболу?	1. Бразилия 2. Уругвай 3. Аргентина	2.
9.	Кто из футболистов носит звание «Король футбола»?	1. Пеле 2. Марадона 3. Роналдо	1.
10.	Какой из российских клубов в 2008 году выиграл Суперкубок Европы?	1. ЦСКА 2. Зенит 3. Спартак	2.

### II-я часть (контрольные испытания)

№ п/п	Содержание контрольных упражнений	Результат
1.	Прыжки в длину с места, см	160
2.	Поднимание туловища за 30 сек, раз	24
3.	Прыжок боком через гимнастическую скамейку за 30 сек, раз	15
4.	Бег на 300 м, мин	1,10
5.	Накат справа по диагонали, ударов	15
6.	Подрезка справа и слева, ударов	10
7.	Подачи и их прием, ударов	6
8.	Челночный бег 3x10 м, сек	9,5
9.	Многоскоки (8 прыжков), м	12,5
10.	Лазание по канату, м	2,5

### Рабочая программа Модуль 2 «Базовый уровень»

**Цель:** формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств учащихся, овладения техникой и тактикой игры в футбол и ее основными правилами.

**Задачи:**

Личностные:

- воспитание взаимопомощи и трудолюбия;
- воспитание коммуникативных качеств.

Метапредметные:

- развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладания.
- развитие лидерских качеств, инициативы и социальной активности.

Образовательные (предметные)

- формирование физических навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности и психофизического содержания.

- формирование представлений о виде спорта - футбол, его возникновении, развитии и правил соревнований.

**Планируемые результаты.** По окончанию освоения модуля 2 «Базовый уровень» обучающиеся должны:

- улучшить физические кондиции;
- улучшить уровень развития физических качеств;
- освоить основные приёмы и навыки игры в футбол;
- приобрести теоретические знания, как основу здорового образа жизни;
- уметь оценивать свои достижения;
- быть готовы продолжить обучение в ДЮСШ и СДЮСШОР.

## Содержание модуля 2

### 1. Развитие футбола в России (2 часа)

Теория: 2 часа

- понятие - федерация футбола;
- лучшие Российские команды, тренеры и футболисты;
- беседа на тему: «Великие тренеры России»;
- обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров.

### 2. Врачебный контроль (2 часа)

Теория: 2 часа

- понятие – самоконтроль, объективные данные самоконтроля:

### 3. Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу (4 часа)

Теория: 4 часа

- изучение правил игры и пояснения к ним;
- изучение положения о соревнованиях;
- выбор места судей при различных игровых ситуациях
- обязанности судей, работа судей на поле, удаления, предупреждения игроков с поля;

### 4. Общая и специальная физическая подготовка (38 часов)

- маховые движения, круговые вращения рук в сочетании с движением ног и туловища. Разгибание рук в опоре лёжа;
- упражнения с набивным мячом (2-3 кг.), броски набивного мяча одной и двумя руками через голову, поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине;
- акробатические упражнения, кувырок вперёд в прыжке, стойка на голове из упора присев толчком двух ног;
- бег 60 метров на скорость, повторный бег 5 по 60м. до 3 по 100, умеренный бег 25 минут;
- подвижные игры;
- спортивные игры, баскетбол и ручной мяч;
- специальные упражнения для развития быстроты (ускорение на 15, 30, 60 метров);
- специальные упражнения для развития ловкости.

## **5. Техника игры в футбол (46 часов)**

Теория: 6 часов

- взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов;
- показатель индивидуальной техники владения мячом;
- анализ кинограмм выполнение технических приёмов в исполнении лучших футболистов России.

Практика: 40 часов

- удары по мячу ногой, удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу, удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта, удары в единоборстве, удары на точность и дальность;

- удары по мячу головой, удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением, удары на точность;

- остановка мяча, остановка мяча подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом налево и направо, остановка грудью летящего мяча с поворотом в сторону.

- обманные движения (финты): при ведении показать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад- неожиданным рывком вперёд уйти с мячом;

- ведение мяча серединой подъёма и носком, ведение мяча всеми изученными способами;

- отбор мяча, обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом;

- вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения параллельного расположения ступней ног, вбрасывание на точность и дальность.

- техника игры вратаря, ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске, ловля

опускающегося мяча, отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря, перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке, броски мяча одной рукой с боковым запахом и снизу.

### **6. Тактика игры в футбол (38 часов)**

Теория: 6 часов

- понятие о тактической системе и стиле игры;
- знакомство с тактическими расстановками на поле 1-4-3-3;
- просмотр матчей и обсуждение тактических приёмов;
- тактика игры в нападении, тактика игры в защите: организация обороны, «персональная опека».

Практика: 32 часа

- упражнение для развития умения «видеть поле» - игра в пятнашки парами на ограниченной площади;
- тактика нападения: индивидуальные действия - уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодные позиции для получения мяча;
- тактика нападения: групповые действия - уметь взаимодействовать с партнёрами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи;
- выполнять комбинации в парах: «стенка», «скрещивание»;
- выполнить комбинации «пропуск мяча»;
- тактика нападения: командные действия - уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды;
- тактика защиты: индивидуальные действия – осуществлять «закрытие» и препятствовать сопернику в получении мяча;
- тактика защиты: командные действия – организация обороны по принципу персональной и комбинированной защите;
- тактика вратаря - играть на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на разной высоте мячей.

### **7. Промежуточная аттестация (2 часа)**

### **8. Итоговая аттестация (2 часа)**

### **9. Соревнования по футболу (14 часов)**

Соревнования проводятся согласно календарному плану спортивно-массовых мероприятий учреждения.

## **Календарно–тематическое планирование Модуль 2**

№	Тема занятий	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика

п/п		<b>144</b>	<b>22</b>	<b>122</b>
1.	Развитие футбола в России	2	2	
2.	Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу	2	2	
3.	Техника игры в футбол	2	2	
4.	Врачебный контроль. Понятие «самоконтроль», объективные данные самоконтроля	2	2	
5.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Виды ударов по мячу головой	2	1	1
6.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Виды ударов по мячу головой	2		2
7.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Виды ударов по мячу головой	2		2
8.	Работа над техникой. Показатель индивидуальной техники владения мячом Тренировочный матч. Виды ударов по мячу головой	2	1	1
9.	Работа над техникой. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов Тренировочный матч.	2	1	1
10.	Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу	2	2	
11.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
12.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
13.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
14.	Техника игры в футбол	2	2	
15.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
16.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
17.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
18.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Специальные упражнения для развития быстроты (ускорение на 15, 30, 60 метров)	2	1	1
19.	Работа над общей и специальной	2		2

	физической подготовкой. Специальные упражнения для развития быстроты (ускорение на 15, 30, 60 метров)			
20.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
21.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Специальные упражнения для развития ловкости	2		2
22.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Специальные упражнения для развития ловкости	2		2
23.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Специальные упражнения для развития ловкости	2		2
24.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Специальные упражнения для развития ловкости	2		2
25.	Тактика игры в футбол. Тактика нападения	2	1	1
26.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Акробатические упражнения	2		2
27.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Акробатические упражнения	2		2
28.	Тактика игры в футбол. Тактика защиты	2	2	
29.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Акробатические упражнения	2		2
30.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Акробатические упражнения	2		2
31.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Акробатические упражнения	2		2
32.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Остановка мяча	2		2
33.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Остановка мяча	2		2
34.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Остановка мяча	2		2
35.	Тактика игры в футбол. Тактика вратаря	2	2	2
36.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
37.	Работа над техникой. Тренировочный	2		2

	матч			
38.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Вбрасывание мяча	2		2
39.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Вбрасывание мяча	2		2
40.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Вбрасывание мяча	2		2
41.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. упражнения с набивным мячом (2-3 кг.)	2		2
42.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. упражнения с набивным мячом (2-3 кг.)	2		2
43.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. упражнения с набивным мячом (2-3 кг.)	2		2
44.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. упражнения с набивным мячом (2-3 кг.)	2		2
45.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
46.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
47.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
48.	Работа над техникой. Тренировочный матч.	2		2
49.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
50.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
51.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
52.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
53.	Мастер-класс от профессионального футболиста. Тренировочный матч.	2		2
54.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
55.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Отбор мяча	2		2
56.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Отбор мяча	2		2
57.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Отбор мяча	2		2

58.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
59.	Мастер-класс от футболиста. Тренировочный матч.	2		2
60.	Работа над общей и специальной физической подготовкой.	2		2
61.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
62.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Движения рук в сочетании с движением ног и туловища	2		2
63.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Движения рук в сочетании с движением ног и туловища	2		2
64.	Работа над общей и специальной физической подготовкой. Движения рук в сочетании с движением ног и туловища	2		2
65.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
66.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
67.	Работа над техникой. Тренировочный матч. Ведение мяча	2		2
68.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
69.	Соревнования в соответствии с планом физкультурно-массовых мероприятий учреждения	2		2
70.	Тактика игры в футбол. Тренировочный матч.	2	1	1
71.	Промежуточная аттестация	2	1	1
72.	Итоговая аттестация	2	1	1

### Оценочные материалы к модулю 2 «Базовый уровень»

#### І-я часть (теория)

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов	Правильный ответ
1	В какой стране проходил первый Чемпионат Мира?	- Уругвай - Аргентина	Уругвай
2	Назовите сборную, которая больше всех выигрывала Чемпионат Мира?	- Германия - Бразилия	Бразилия
3	Как вводится мяч из аута в	- в футболе -	в футболе -

	футболе и мини-футболе?	руками, в мини-футболе - ногами. - в футболе – ногами, в мини-футболе – руками.	руками, в мини-футболе - ногами.
4	Может ли вратарь брать мяч в руки после акцентированного паса назад от своего игрока?	- да - нет	нет
5	Что такое желтая карточка?	- предупреждение - удаление	предупреждение
6	Какой частью стопы рекомендуется отдавать пас?	- внутренняя - внешняя	внутренняя
7	Назовите основную функцию вратаря в футболе	- защищать ворота - развивать атаку	защищать ворота
8	Сколько длится один тайм в футболе?	- 35 минут - 45 минут	45 минут
9	Сколько начисляется очков за победу в футбольном матче	- 2 очка - 3 очка	3 очка
10	Назовите основные клубные турниры Европы	- Лига Чемпионов, Лига Европы  - Кубок Либертадорес, Копя дель Соаль	Лига Чемпионов, Лига Европы

### II-я часть (контрольные испытания)

№ п/п	Содержание контрольных упражнений	Результат
1.	Прыжки в длину с места, см	160
2.	Поднимание туловища за 30 сек, раз	24
3.	Прыжок боком через гимнастическую скамейку за 30 сек, раз	15
4.	Бег на 300 м, мин	1,10
5.	Челночный бег 3x10 м, сек	9,5
6.	Многоскоки (8 прыжков), м	12,5
7.	Лазание по канату, м	2,5
8.	Бег на 30 м с мячом, сек	6,5
9.	Удары по мячу на дальность – сумма ударов с правой и левой ноги, м	28
10.	Жонглирование мячом, раз	8

## Оценочные материалы итоговой аттестации

### I часть (тестирование)

№ п/п	Вопрос	Варианты ответов	Правильный ответ
1.	Назначение замены в игре	а) для усиления игры на определенной позиции б) для затяжки времени	а
2.	Стандартные положения	а) угловой удар б) штрафной удар в) замена игрока	а, б
3.	Виды атак	а) позиционная б) тотальная в) контратака	а, в
4.	Игра вратаря руками	а) во вратарской штрафной б) на своей половине поля в) везде	а, б
5.	Игра в обороне	а) позиционная б) персональная опека в) прессинг	а, б
6.	Кто может спорить с арбитром матча	а) капитан команды б) любой футболист в) никто	в
7.	Защитывается ли гол при пробитии свободного удара	а) нет б) да, если это происходит в штрафной соперника в) да, на чужой половине поля	а
8.	Техника пробития штрафных ударов и пенальти	а) обводящим ударом б) ударом через себя в падении в) ударом на силу	а, в
9.	Влияние погодных условий на перенос матча	а) переносится при температуре меньше 0 градусов б) меньше минус 10 градусов в) меньше минус 20 градусов	в
10.	Когда определяется положение вне игры	а) если атакующий игрок получает мяч на линии защитника б) если атакующий игрок получает мяч за линией с защитником ближе к	б

		воротам	
--	--	---------	--

## II-я часть (практика)

№ п/п	Содержание контрольных упражнений	Результат
1.	Бег 100 м.	12 секунд
2.	Сгибание и разгибание рук из положения лёжа	35 раз
3.	приседания	40 раз
4.	Прыжки в длину	2 м.
5.	Подтягивание на перекладине	7 раз
6.	Набивание мяча ногой	10 раз
7.	Набивания мяча двумя ногами	15 раз
8.	Техника ударов по мячу	Отлично, хорошо, удовлетворительно
9.	Качество исполнения стандартных положений	Отлично, хорошо, удовлетворительно
10.	Взаимодействие игроков на поле во время контрольного матча.	Отлично, хорошо, удовлетворительно

## Методические материалы

### Возрастные особенности игроков

Всякий человек, связанный с тренерской работой среди юношества, должен помнить, что дети взрослеют каждый по- своему, в зависимости от того, как развиваются их умственные, физические и психологические способности. Лучший способ охарактеризовать игрока – выделить его индивидуальные способности. Дети приходят в спорт в возрасте 6,7,8,9 лет и похожи они только тем, что у них примерно один возраст. В возрасте от 6 до 9 лет дети либо набирают мышечную массу, либо идут в рост, но никогда не происходит и то, и другое одновременно. Причем физический аспект – всего лишь одно из различий в процессе их роста, так как тело ребенка растет и меняется, вместе с ростом мышечных способностей и психологии. Здесь важно понять и прочувствовать момент созревания и умственного развития ребенка. Через понимание этого развития и устанавливается более качественный уровень общения.

Некоторые обучающиеся приходят с очень серьезным отношением к спорту, в то время как другие настолько легкомысленны, что полет бабочки или самолета могут полностью захватить их неспособное раздваиваться внимание. Это совсем не значит, что надо остановиться и ждать, пока ребенок вырастет, просто надо принимать его таким, каков он есть.

Так как мы обсуждаем коллективные виды спорта, то социальное окружение наших молодых людей – тоже один из аспектов, которые мы

должны принимать во внимание. Такие факторы, как окружение семьи, да и сама семья наряду со всем комплексом знаний, которые они получили, влияют на их социальный рост.

Таким образом, личность игрока, пришедшего к нам, разнообразна и многогранна. Цель всех этих рассуждений – помочь тренеру в его наблюдениях и анализе игроков. Далее, используя все, что будет изложено, как обрамление к рекомендациям, вы можете чувствовать себя более уверенно на тренировках с вашими питомцами.

Давайте теперь обратим внимание еще на несколько специфических особенностей, характерных для юного игрока, которого мы будем называть «начинающий игрок».

Особенности тренировки; время тренировок и их количество: 8 лет – 1 час каждая тренировка, одна или две, плюс одна игра в неделю; 9 лет – 75-90 минут каждая тренировка, две плюс одна игра в неделю. Упражнения: 8 лет – побольше упражнений, коротких по времени; 9 лет – упражнений меньше, но их длительность во времени увеличивается.

Естественные составляющие тренировки:

Ободряйте, поощряйте, стимулируйте много вводных пауз, очень мало объяснений, короткие демонстрации приемов, игрок как можно больше во всем участвует сам.

Несколько абсолютных истин:

- старайтесь получить удовольствие сами (тренер);
- тренировка, хотя и удовольствие по природе, должна иметь четкую направленность;
- ошибка игрока – прогнозируемое событие;
- критика, угрозы, обвинения, ругань, унижения, насмешки, любимчики: ни один из этих методов не применим.

### **Организационно-педагогические условия**

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

Занятия проводятся в спортивном зале, с использованием спортивного инвентаря и оборудования:

<b>Средства обучения</b>	<b>Кол-во единиц на группу</b>	<b>Степень использования в %</b>
фишки-стойки для обводки	15	100%
скакалки	6	100%
скамейка гимнастическая	2	100%
мячи футбольные	3	100%
манишки	20	100%

**Кадровое обеспечение.** Руководитель кружка – педагог дополнительного образования, который имеет высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области,

соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работу.

### Список литературы:

1. Кук Малькольм. Самый популярный в мире учебник футбола/Малькольм Кук, Джими Шоулдер.–М.: Астрель, 2012.–96 с.
2. О.Б. Лапшин. Теория и методика подготовки юных футболистов.–М.:Человек, 2014.–176 с.
3. «Мини-футбол». Методическое пособие.–Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета», 2004.–496 с.
4. Звезды липецкого спорта. История развития спорта в Липецкой области.–Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета», 2004.–304 с.
5. Болоннов Г.П. Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения: Программа закаливания, оздоровления, организации игр, секций, досуга.–М.: ТЦ Сфера, 2003.– 160 с.
6. Твой олимпийский учебник: учеб. пособие для олимпийского образования/В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России.–23-е изд., перераб. и доп.–М.: Советский спорт, 2011.–152 с.
7. В.М. Горюнов. Валеологические аспекты школьной физической культуры и детского спорта//Детский тренер.–2005.–№4.–с. 72-86.
8. Кочетков А.П. Управление футбольной командой/А.П. Кочетков.–М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2002.–192 с.
9. Энциклопедия Юных Сурков -3. –М., Эгмонт Россия ЛТд,1998.–156 с.