

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 60**

Принято методическим советом
МАОУ СОШ № 60
Протокол от 11.01.2023 № 1-23



**«ФУТБОЛ»
дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

Возраст обучающихся: 10-15 лет

Срок реализации: 3 года

1 год обучения. Уровень: стартовый

2 год обучения. Уровень: базовый

3 год обучения. Уровень: базовый

Автор-составитель:
Русяев Василий Николаевич,
педагог
дополнительного образования

Екатеринбург, 2023

ОГЛАВЛЕНИЕ

1.КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	
1.1. Пояснительная записка	Стр. 3
1.2. Цели и задачи программы	Стр. 4
1.3. Содержание программы	Стр. 5
1.4. Планируемые результаты	Стр. 23
2.КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	
2.1. Условия реализации программы	Стр. 24
2.2.. Формы аттестации/ контроля и оценка планируемых результатов	Стр. 26
3.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	Стр.34
ПРИЛОЖЕНИЕ. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК_2023-2024	Стр.35

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус документа.

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол» является авторской разработкой. Настоящая программа дополнительного образования (далее по тексту программа) детализирует и раскрывает содержание курса, определяет стратегию обучения, воспитания и развития школьников средствами программы. Программа определяет основные принципы организации учебного материала, его структурирование, последовательность изучения и распределение по годам обучения. Программа составлена с учётом возрастных особенностей физического и психического развития обучающихся 10-15 лет.

Назначение программы. Реализация образовательных программ в области физической культуры и спорта, направленных на физическое воспитание личности ребенка, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для занятий физической культурой и прохождения спортивной подготовки.

Актуальность программы обусловлена ее практической значимостью: привлечение обучающихся школы к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в ОО традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта как футбол; формирование здорового образа жизни.

Возрастная группа обучающихся.

Программа предназначена для обучающихся 10-15 лет, не имеющих специальных спортивных навыков, проявляющих интерес к занятиям физической культурой и спортом, имеющих медицинский допуск.

Программа основывается на доступности материала и построена по принципу «от простого к сложному». Тематика занятий разнообразна, что способствует физическому развитию ребенка, самореализации.

Количество обучающихся в группе – min -10 обучающихся; max-15 обучающихся ч в одной возрастной группе.

Для перевода из одной группы в другую обучающиеся должны выполнить контрольные нормативы, предусмотренные программой для каждой возрастной группы.

Особенности возрастной группы детей

Решение задач, выдвигаемых данной программой, требует особого подхода к каждой группе обучающихся: психология и физиология 10-12 летнего ребенка отличается от возможностей 13-15-летнего школьника; различаются также физические способности обучающихся, занимающихся спортом ранее и не имевших физической подготовки.

Педагог учитывает особенности каждого обучающегося и обеспечивается индивидуальный подход к нему. При наличии в группе ребенка особой категорий (дети с ограниченными возможностями здоровья, одаренные дети), основная программа адаптируется под возможности этого ребенка.

Эта программа (адаптированный вариант) может использоваться для развития обучающихся с нарушением речи, с задержкой психического здоровья.

Чтобы процесс реализации Программы был эффективным, предполагается установление контакта с каждым родителем для получения информации о ребёнке для нивелирования возможных проблем и трудностей: отсутствия у детей знаний о правильном поведении на занятиях; небольшой объём знаний в области физической культуры; слабое физическое развитие; низкий уровень двигательной активности; отсутствие положительного опыта занятий физкультурной или спортивной деятельностью.

С самого начала процесса обучения необходимо систематически обращать внимание обучающихся на соблюдение правил безопасности при выполнении физических упражнений.

В конце учебного года, иногда четверти рекомендуется организовать открытую тренировку или спортивное состязание.

Общее количество учебных часов запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 208 часов.

1 год обучения -68 часов. Стартовый уровень

2 год обучения 70 часов. Базовый уровень.

3 год обучения 70 часов. Базовый уровень

Количество учебных занятий в неделю – 2.

Продолжительность учебного занятия – академический час..

Формы обучения: фронтальная, групповая, в мини-группах, индивидуальная.

• **Виды учебных занятий:** вводное занятие, тематическое занятие; коллективное взаимодействие (парное, микрогрупповое, групповое, межгрупповое взаимодействие); мастер-класс, практическое занятие; индивидуальная работа; занятие-тренировка; итоговое занятие: открытое занятие; спортивные праздники; спортивное соревнование, сдача нормативов.

Формы подведения результатов: спортивное соревнование, сдача нормативов.

Документ об образовании: сертификат о прохождении курса

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Цель данной программы: обеспечение всестороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся.

Задачи

Воспитательные:

воспитание творческой личности, формирование системы ценностей, в том числе значения здорового образа жизни, готовности служить Отечеству;

воспитание способности доброжелательно и чутко относиться к людям, сопереживать;

воспитание целеустремленности и настойчивости;

формирование позитивной самооценки, самоуважения.

Развивающие:

способствовать формированию коммуникативной компетентности в сотрудничестве;

формировать умение вести диалог, координировать свои действия с действиями партнеров по совместной деятельности;

формировать умения работать с информацией (сбор, систематизация, хранение, использование);

формирование умения самостоятельно и совместно планировать деятельность и сотрудничество;

формирование умения решать спортивные задачи.

Обучающие

Освоение знаний о физической культуре, спорте и игре футбол, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни, укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма, освоение правил и навыков игры в футбол.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

Немало родителей в наше время уделяют большое значение спорту и стараются привить эту любовь своим детям. Важно ли это? Конечно, да. Роль спорта в жизни ребёнка велика и она напрямую связана с его здоровьем.

Спорт нужен не только великим спортсменам, но и обычным детям. Занимаясь спортом с раннего детства, обучающийся растет более крепким и выносливым, его организм хорошо справляется с болезнями, простуды бывают реже.

Обучающийся, увлеченный тренировками, меньше времени тратит на бесполезные занятия, такие как игры на компьютере и бездумное пребывание на улице. У обучающихся появляются новые друзья, увлеченные тем же делом, новые интересы и стремления.

Регулярные посещения спортзала и тренировки помогают лучше учиться. Ведь спорт помогает организму насытиться кислородом, который активизирует работу мозга. Кроме того, дисциплина на тренировках это дисциплина в школе. Занятия благотворно сказываются на знаниях.

Нужно посещать секции обучающимся с сердечно-сосудистыми проблемами, проблемами дыхания и опорно-двигательного аппарата. Заниматься спортом могут не только здоровые дети.

Следует помнить, что занимаясь спортом, важно следить за системой питания и регулярно посещать тренировки, что поможет добиться хорошего результата. Лучше заниматься в специальной одежде, которая будет комфортной для обучающегося.

С самого начала процесса обучения необходимо систематически обращать внимание школьников на соблюдение правил безопасности при выполнении физических упражнений.

Физкультурно-спортивная деятельность представляет собой один из немногих путей, где человек может проявить свое совершенство, используя физические возможности для достижения определенных результатов. Спорт является великолепной естественной лабораторией человеческих возможностей. Эта деятельность обладает высочайшей мотивацией, четкими критериями оценки результатов, требует высокой активности от человека. Она связана с большим физическим и психическим напряжением, необходимостью преодолевать не только сопротивление сильного соперника, но и собственные слабости. Спорт разносторонне формирует адаптационные возможности человека, включая социальные.

Важную роль спорт играет в формировании разнообразных психических качеств и способностей человека, выступая как "школа воли", "школа эмоций", "школа характера", поскольку спортивные состязания и вся спортивная деятельность предъявляют высокие требования к проявлению волевых качеств и к саморегуляции.

Таким образом, в спорте заключены огромные возможности для комплексного гуманистического воздействия на личность. Спорт позволяет сознательно, целенаправленно и весьма эффективно воздействовать на самые разнообразные физические, психические, духовные качества и способности человека.

Популярность футбола общеизвестна, особенно среди молодежи. Стоит ли говорить о том, сколько радости и восторга испытывает мальчишка, забивший в ворота свой первый мяч? Но одно дело просто гонять мяч, а совсем другое – делать это более или менее профессионально, то есть со знанием дела.

Изучая этот вид спорта, ребята одновременно получают представление о физической культуре личности, о её взаимосвязи с основами здорового образа жизни, о методике самостоятельных тренировок, знакомятся с основами этих игр, организацией соревнований и инвентарем, правилами безопасности и оказанием помощи при травмах.

Систематические занятия футболом, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на будущих футболистов: совершенствуются функциональная деятельность их организма, обеспечивается нормальное физическое развитие. Занятие спортом способствуют воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера: умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощи, уважение к партнерам или соперникам в играх, сознательной дисциплине, активности, чувства ответственности.

УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

Темы программы	1 год обучения /кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	теория	практика	
1 модуль Спортивно-оздоровительный этап Тема 1. Введение. История развития хоккея с мячом и футбола в России. Техника безопасности. Гигиенические знания и навыки. Медицинское обследование. Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Общеразвивающие и специальные упражнения, подвижные и двусторонние игры. Игровая тренировка. Тема 3. Техничко-тактическая подготовка. Тема 4. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры. Тема 5. Соревнования по футболу.		4	0	Выполнение контрольных упражнений, нормативов по графику <i>/ наблюдение, оценка, коррекция</i>
		2	18	
			32	
			6	
			6	
<i>итого</i>	68	6	62	

Темы программы	2 год обучения /кол-во часов			Формы аттестации/ <i>контроля</i>
	всего	теория	практика	
2 модуль Учебно-тренировочный этап /начальная специализация Тема 1. Физическая культура и спорт в России. Тема 2. Врачебный контроль и самоконтроль. Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка. Тема 4. Техническая подготовка. Тема 5. Техника игры Тема 6. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры. Тема 7. Соревнования по футболу.		2		Выполнение контрольных упражнений, нормативов по графику <i>/ наблюдение, оценка, коррекция</i>
		2		
		1	14	
		1	14	
			14	
			6	
			6	
<i>итого</i>	70	6	64	

Темы программы	3 год обучения /кол-во часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	теория	практика	
3 модуль Учебно-тренировочный этап / углубленная специализация Тема 1. Развитие футбола в России и за рубежом. Тема 2. Физиологические основы спортивной тренировки. Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка. Тема 4. Техническая подготовка. Тема 5. Техника игры Тема 6. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры. Тема 7. Соревнования по футболу.		2 2	12 10 32 6 6	Выполнение контрольных упражнений, нормативов по графику <i>/ наблюдение, оценка, коррекция</i>
<i>итого</i>	<i>70</i>	<i>4</i>	<i>64</i>	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА

Процесс построения подготовки должен осуществляться на основе следующих факторов: специфики игр «футбол», основных концепций теории и методике футбола. Каждый этап имеет определенную педагогическую направленность и решает определенные задачи:

Спортивно-оздоровительный этап (предварительная подготовка):

- формирование у детей стойкого интереса к спорту;
- всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
- воспитание волевых, морально-стойких личностей.

Этап начальной подготовки:

- всестороннее гармоничное развитие двигательных способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
- воспитание физических качеств: быстроты, гибкости и координации, выносливости;
- разучивание основных приемов техники, а также индивидуальных и групповых тактических действий;
- приобретение опыта соревновательной деятельности.

На этом этапе организация и методика проведения учебно-тренировочного процесса строится с учетом данных особенностей:

- 1. На этом этапе несколько снижается процент общей физической подготовки и увеличивается специализированной.*
- 2. Обращается больше внимания на воспитание специализированных физических способностей.*
- 3. Более основательное освоение основных приемов техники и индивидуальных и групповых тактических действий.*

Учебно-тренировочный этап:

а) начальная специализация

- воспитание физических качеств: быстроты, гибкости и координационных качеств;
- овладение приемами техники хоккея и их совершенствование в усложненных условиях;
- разучивание индивидуальных и групповых тактических действий в атаке и обороне и их совершенствование в игровых условиях;
- совершенствование опыта соревновательной деятельности.

б) углубленная специализация

- воспитание специальных физических качеств: силовых, скоростных, координационных и специальной (скоростной) выносливости;
- разучивание сложных приемов техники и совершенствование ранее освоенных в игровых условиях;
- освоение индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне;
- формирование умения готовиться к игре, управлять своим состоянием в ходе матча и восстанавливать физические и моральные силы после матча;

- формирование высокого уровня технико-тактического мастерства.

На этапе углубленной специализации объем общей физической подготовки несколько стабилизируется и продолжает увеличиваться. В процессе проведения СФП обращается особое внимание на развитие физических качеств в большей степени отвечающих требованиям соревновательной деятельности футболистов, таких как: силовые и скоростно-силовые, скоростные и координационные, скоростная и скоростно-силовая выносливость.

1 модуль Спортивно-оздоровительный этап/ 1 год обучения, 68 часов

Тема 1. Введение. История развития хоккея с мячом и футбола в России. Техника безопасности. Гигиенические знания и навыки. Медицинское обследование.

Физическая культура и спорт в России.

Понятие «Физическая культура». Физическая культура как составная часть общей культуры, как дело государственной важности. Её значение для укрепления здоровья, физического развития граждан России в их подготовке к труду и защите Родины. Спорт как составная часть физической культуры, его существенная роль в воспитании подрастающего поколения.

Хоккей, футбол, как виды спорта и средства физического воспитания.

Хоккей, футбол как наиболее популярные, широко культивируемые олимпийские виды спорта. Факторы, определяющие их популярность и привлекательность. Особенности структуры и содержание игровой деятельности. Большой объем контактных силовых единоборств, происходящих на любом участке спортивной площадки, требует определенного мужества и способствует воспитанию у хоккеистов высокого уровня волевых качеств. Игровая деятельность комплексно воздействует на органы и функциональные системы, укрепляет их, повышая общий уровень функционирования.

Этапы развития отечественного футбола.

Возникновение и эволюция хоккея с мячом, футбола. Зарождение этих видов спорта в России, этапы развития. Первые чемпионы страны. Участие отечественных спортсменов в международных соревнованиях - чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх, их достижения. Современное состояние и перспективы дальнейшего развития детского и юношеского хоккея и футбола в нашей стране.

Травматизм в спорте и его профилактика.

Высокий темп и большой объем жестких контактных единоборств способствуют появлению травматизма в спорте, для которого характерны ушибы различных частей тела от ударов клюшкой, шайбой /мячом/ и туловищем соперника, растяжения мышц и суставных связок, а также нарушение функций некоторых систем.

В качестве профилактики рекомендуется:

- при проведении учебно-тренировочного процесса соблюдать основные методические положения спортивной тренировки, технику безопасности;
- нормировать и контролировать соревновательные и тренировочные нагрузки;
- основательно готовить органы, функциональные системы двигательного аппарата в подготовительной части занятий.

Личная и общественная гигиена в физической культуре и спорте.

Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом. Гигиенические требования к местам проведения тренировочных занятий и к спортивному инвентарю. Гигиенические требования к питанию спортсмена. Значение витаминов и минеральных солей. Калорийность питания. Нормы потребления белков, углеводов и жиров. Режим дня и особенности питания в дни соревнований.

Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Общеразвивающие и специальные упражнения, подвижные и двусторонние игры. Игровая тренировка.

Влияние физических упражнений на организм спортсмена.

Характеристика положительных влияний на организм и функциональные системы при рациональном отношении нагрузок и отдыха. Понятие об утомлении и переутомлении. Восстановительные мероприятия в спорте. Критерии готовности к повторной работе.

Характеристика физических качеств и методика их воспитания.

Физическая подготовка как фундаментальная основа к формированию спортивного мастерства. Основу физической подготовки составляет методика воспитания физических качеств.

Общая физическая подготовка направлена на гармоническое развитие различных функциональных систем, мышечных групп, расширение двигательного опыта, создание базы для успешного развития специальной подготовки.

Специальная физическая подготовка направлена на те качества и функциональные системы, которые непосредственно отвечают за успешное ведение соревновательной деятельности.

Практические занятия

Общеразвивающие упражнения:

Строевые и порядковые упражнения.

Построение в группы: шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал.

Перестроения: в одну - две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

Гимнастические упражнения с движениями.

Упражнения для развития физических качеств.

Специальные физические упражнения.

Специфика соревновательной деятельности спортсменов предъявляет высокие требования к развитию специальных физических качеств в следующем порядке:

- силовые и скоростно-силовые;
- скоростные;
- координационные;
- специальная (скоростная) выносливость.

Основными средствами специальной физической подготовки являются специальные упражнения, адекватные структурные технико-тактические приемы.

Тема 3. Техничко-тактическая подготовка.

Основы техники и технической подготовки. Основные понятия о технике спортивной игры, ее значимость в подготовке спортсменов. Классификация техники.

Практические занятия.

Основы тактики и тактической подготовки. Понятия, связанные со стратегией и тактикой спортивной игры. Классификация тактики. Анализ индивидуальных, групповых и командных тактических действий в обороне и атаке. Средства, методы и методические подходы к разучиванию приемов индивидуальной, групповой и командной тактики игры в атаке и обороне. Тактика игры в не равночисленных составах. Взаимосвязь тактики игры с другими компонентами игры. Просмотр видеозаписей.

Разработка плана предстоящей игры. Сбор информации о сегодняшнем состоянии противника. Сопоставление сил противника и сил своей команды. На основе анализа полученных данных составления плана предстоящего матча с определением конкретных тактических построений в атаке и обороне. Эти построения проигрываются на предигровой тренировке с внесением возможных коррекций.

Установка на игру и ее разбор. Установка на игру – краткое сообщение игрокам команды плана игры в виде конкретных заданий звеньям и игрокам команды в целом по организации и ведению игры в обороне и нападении. Примерная схема проведения установки. В заключение, после объявления состава команды педагог настраивает команду на победу, вселяя уверенность в собственные силы. Установка проводится за 2-3 часа до матча, продолжительностью не более 30 минут.

Разбор прошедшей игры проводится на следующий день после матча на общем собрании команды. Оценка педагогом прошедшего матча: анализ игры звеньев и игроков, степень выполнения ими заданий.

Для убедительности выводов осуществляется просмотр видеозаписи, игрокам предоставляется возможность высказать свое мнение. В заключении педагог проводит итог и намечает пути дальнейшей работы.

Тема 4. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры.

Выполнение контрольных упражнений, нормативов по графику – 3 раза в год

Тема 5. Соревнования по футболу.

Планирование, организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях. Характеристика систем розыгрыша: круговая, система с выбыванием, комбинированная. Основные правила игры «футбол». Судейство соревнований. Судейская бригада, ее состав и функциональные обязанности членов.

К концу первого года обучающиеся

должны знать:

- историю развития хоккея, футбола в России, знаменитых спортсменов данных видов спорта;
- технику безопасности при проведении тренировочных упражнений, игры, соревнований;
- правила личной гигиены; - правила игры;
- простейшую технику ударов
- технику выполнения ударов подрезкой;
- базовую технику выполнения ударов, комбинации и передвижения по полю;
- схемы передвижения во время игры.

должны уметь:

- достаточно свободно выполнять упражнения общей физической подготовки;
- выполнять различные виды жонглирования;
- маневрировать на игровой площадке;
- сочетать удары справа и слева, уметь занять правильную исходную позицию;
- соблюдать правила личной гигиены.

2 модуль Учебно-тренировочный этап

/начальная специализация

2 год обучения, 70 часов

Тема 1. Физическая культура и спорт в России.

Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по футболу.

Международное спортивное движение, международные связи российских спортсменов. Олимпийские игры. Выступление российских спортсменов на Олимпийских играх.

Тема 2. Врачебный контроль и самоконтроль.

Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, динамометрия, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля, Понятие о «спортивной форме». Утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма, Причина травм и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой медицинской помощи. Раны и их разновидности

Тема 3.Общая и специальная физическая подготовка.

Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различной специальной физической подготовки, применяемых в процессе тренировочных занятий с юными футболистами.

Практические занятия.

Гимнастические упражнения с движениями.

Упражнения для развития физических качеств.

Специальные физические упражнения.

Специфика соревновательной деятельности спортсменов предъявляет высокие требования к развитию специальных физических качеств в следующем порядке:

- силовые и скоростно-силовые;
- скоростные;
- координационные;
- специальная (скоростная) выносливость.

Основными средствами специальной физической подготовки являются специальные упражнения, адекватные структурные технико-тактические приемы.

Тема 4. Техническая подготовка.

Понятие о спортивной технике, Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки юных футболистов. Классификация и терминология технических приёмов.

Практические занятия.

Высокая техника владения мячом - основа спортивного мастерства. Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом – рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в различных игровых ситуациях: ударов по мячу ногой и головой, остановок, ведения, обводки и ложных движений (финтов), отбора мяча, вбрасывание мяча, основных технических приёмов игры вратаря,

Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же, но с ведением мяча. Переменный бег (несколько повторений в серии). Кроссы с переменной скоростью.

Многokrратно повторяемые специальные технико_тактические упражнения. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам; с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Игровые упражнения с мячом большой интенсивности (трое против трех, трое против двух и т.д.). Двухсторонние тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Для вратарей. Повторная, непрерывная в течении 5-12 минут ловля и отбивание мяча. Ловля мяча с падением, когда удары по воротам выполняются с минимальными интервалами 3-5 игроками.

Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой; то же, выполняя в прыжке поворот на 90-180 градусов. Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой; ведение мяча головой. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Подвижные игры типа «живая мишень», «салки мячом», «ловля парами» и другие.

Для вратарей Прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками (кулаком), то же с поворотом до 180 градусов. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, используя подкидной трамплин. Переворот в сторону с места и с разбега. Стойка на руках. Из стойки на руках кувырок вперед. Кувырок назад через стойку на руках. Переворот вперед с разбега.

Тема 5. Техника игры

Практические занятия.

Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, с изменением направления и скорости.

Прыжки: вверх, вверх - вперед, вверх- назад, вверх- вправо, вверх- влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом».

Повороты переступанием, прыжком, на одной ноге; в стороны и назад; на месте и в движении.

Остановка во время бега выпадам и прыжком.

Удары по мячу ногами. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа и слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удары внешней частью подъёма.

Выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое с среднее расстояние.

Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.

Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча.

Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъёма, внешней частью подъёма. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущимися партнёрами; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящего и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и с разбега.

Ловля летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тема 6. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры.

Выполнение контрольных упражнений, нормативов по графику – 3 раза в год

Тема 7. Соревнования по футболу.

Планирование, организация и проведение соревнований. Положение о соревнованиях. Характеристика систем розыгрыша: круговая, система с выбыванием, комбинированная. Основные правила игры «футбол». Судейство соревнований. Судейская бригада, ее состав и функциональные обязанности членов.

К концу второго года обучающиеся

должны знать:

- разрядные нормы и требования по футболу, историю развития российского футбола, знаменитых российских футболистов.
- технику безопасности при проведении тренировочных упражнений, игры, соревнований;
- правила личной и общественной гигиены;
- правила игры и умение применять их в действии;
- технику выполнения различных ударов;
- базовую технику выполнения ударов, комбинации и передвижения по полю;
- схемы передвижения во время игры;
- тактику и стратегию игры.

должны уметь:

- свободно выполнять упражнения общей физической подготовки, специальной подготовки;
- проводить разминку самостоятельно и с группой;
- выполнять различные виды жонглирования;
- маневрировать на игровой площадке;
- выполнять подачи разными ударами;
- сочетать удары справа и слева, уметь занять правильную исходную позицию;
- применять в действии тактику игры;
- подготовиться морально и физически к соревнованиям;
- соблюдать правила личной гигиены.

Тема 1. Развитие футбола в России и за рубежом. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

Тема 2. Физиологические основы спортивной тренировки.

Мышечная деятельность как необходимое условие физиологического развития, нормального функционирования организма, поддержания здоровья и работоспособности.

Тренировка как процесс формирования двигательных навыков и расширения функциональных возможностей организма.

Физиологические закономерности формирования двигательных навыков. фазы формирования двигательных навыков.

Утомление и причины, влияющие на временное снижение работоспособности.

Восстановление физиологических функций организма после различных по объёму и интенсивности тренировочных нагрузок. Повторяемость нагрузок, интервалы отдыха между ними. Показатели динамики восстановления работоспособности футболиста.

Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка.

Практические занятия.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для и рук плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа – поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.

Упражнение для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах – повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнёром, переноска партнёра на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении. Упражнения в парах и в группах с передачами, бросками и ловлей мяча.

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседание.

Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами, прыжки в полуприседе и в приседе.

Упражнения с маленькими мячами – броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стенку. Ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка вперед в движении.

Акробатические упражнения. *Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Длинный кувырок вперёд. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты.*

Подвижные игры и эстафеты. *Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию.*

Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метание в цель. Бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения. *Бег на 30, 60, 100, 400, 500, 800 метров. Кроссы от 1000 до 3000 метров (в зависимости от возраста), 6-минутный и 12-минутный бег.*

Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега. Многоскоки.

Метание мяча на дальность и в цель.

Тема 4. Техническая подготовка.

Практические занятия.

Техника передвижения. *Различные сочетания приемов техники передвижения с техникой владения мячом.*

Удары по мячу ногами. *Удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью. Резаные удары. Удары в движении, в прыжке, с поворотом, через себя без нападения и с падением. Удары на точность, силу, дальность, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара, маскируя момент и направление предполагаемого удара.*

Удары по мячу головой. *Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом. Удары головой по мячу в падении. Удары на точность, силу, дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара*

Остановка мяча. *Остановка с поворотом до 180 градусов – внутренней и внешней частью подъёма опускающегося мяча, грудью – летящего мяча. Остановка подъёмом опускающегося мяча. Остановка мяча на высокой скорости движения, выводя мяч на удобную позицию для последующих действий. Остановка мяча головой.*

Ведения мяча. *Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, выполняя рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10 м.*

Обманные движения. Совершенствование в финтах «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством и учебных игр.

Отбор мяча. Совершенствование в отборе мяча изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади, в условиях игровых упражнений и учебных играх. Отбор с использованием толчка плечом.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча изученным способом на дальность и точность.

Техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте, в движении, без падения и в падении; без фазы полёта и с фазой полета. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе.

Действия вратаря против вышедшего с мячом противника; ловля без падения и с падением в ноги.

Совершенствование бросков мяча рукой и выбивание мяча ногой с земли и с рук на дальность и точность.

Уметь применять технику полевого игрока для обороны ворот.

Тема 5. Техника игры

Практические занятия.Тактическая подготовка

Тактика нападения

Индивидуальные действия. Уметь маневрировать на поле: «открываться» для приёма мяча, отвлекать соперника, создавать численное преимущество на отдельном участке поля за счет скоростного маневрирования по фронту и подключения из глубины обороны. Уметь из нескольких возможных решений данной игровой ситуации выбрать наиболее правильное и рационально использовать изученные технические приёмы.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнерами при организации атаки с использованием различных передач: на ход, в ноги, коротких, средних, длинных, продольных, поперечных, диагональных, низом, верхом. Игра в одно касание. Менять фланг атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг. Правильно взаимодействовать на последней стадии развития атаки вблизи ворот противника. Совершенствование игровых и стандартных комбинаций.

Командные действия. Организация быстрого и постепенного нападения по избранной тактической системе. Уметь взаимодействовать с партнерами при разном числе нападающих; внутри линий и между линиями.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Совершенствовать «закрывание», «перехват» и отбор мяча.

Групповые действия. Совершенствовать правильный выбор позиции и страховку при организации противодействия атакующим комбинациям. Создавать численное превосходство в обороне. Уметь взаимодействовать при создании искусственного положения «вне игры».

Командные действия. Организовывать оборону против быстрого и постепенного нападения и с использованием персональной, зонной и комбинированной защиты. Быстро перестраиваться от обороны к началу и развитию атаки.

Тактика вратаря. Уметь выбирать место (в штрафной площади) при ловле мяча на выходе из ворот и отбора мяча в ногах; руководить игрой партнеров по обороне; вводя мяч в игру, организовывать атаку.

Учебные и тренировочные игры.

Тема 6. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры.

Тема 7. Соревнования по футболу.

К концу третьего года обучающиеся

должны знать:

- историю развития мирового футбола, знаменитых спортсменов данных видов спорта;
- технику безопасности при проведении тренировочных упражнений, игры, соревнований;
- правила личной и общественной гигиены;
- правила игры и умение применять их в действии;
- технику выполнения различных ударов;
- базовую технику выполнения ударов, комбинации и передвижения по полю;
- схемы передвижения во время игры;
- тактику и стратегию игры.

должны уметь:

- свободно выполнять упражнения общей физической подготовки, специальной подготовки;
- проводить разминку самостоятельно и с группой;
- выполнять различные виды жонглирования;
- маневрировать на игровой площадке;
- выполнять подачи разными ударами;
- сочетать удары справа и слева, уметь занять правильную исходную позицию;
- применять в действии тактику игры;
- подготовиться морально и физически к соревнованиям;
- соблюдать правила личной гигиены.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результативность курса. В основу изучения курса положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты оцениваются по трём уровням.

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своим педагогом как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

Второй уровень результатов — получение обучающимся опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура, здоровье), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне группы, школы, то есть в защищенной, дружественной среде. Именно в такой близкой социальной среде обучающийся получает первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Третий уровень результатов — получение обучающимся опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых немислимо существование гражданина и гражданского общества.

Программа курса дает возможность достижения результатов первого уровня и частично второго.

Обучающие будут знать:

- о физической культуре, спорте и игре футбол, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни, укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма, освоение правил и навыков игры в футбол;
- правила техники безопасности при занятии спортом;
- способы развития волевых качеств характера;
- способы развития физических качеств: силы, гибкости, выносливости и т.д.

Результаты развития учебных компетенций.

Обучающиеся научатся:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога;
- проговаривать последовательность действий;
- учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с

алгоритмом;

- учиться работать по предложенному педагогом плану;
- учиться отличать верно выполненное задание от неверного;
- учиться совместно с педагогом и другими обучающимися давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.
- ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного с помощью педагога;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя справочные источники, свой жизненный опыт и информацию, полученную от педагога;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;

При игре в футбол будут уметь:

- оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча; эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации;
- взаимодействовать с партнерами при равном и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи (комбинация в парах: «стенка», «скрещивание». комбинация «пропуск мяча»); начинать и развивать атаку из стандартных положений;
- в зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом; уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам;
- взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров; организовывать противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча»; взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных «комбинаций»;
- выполнять основные обязательные действия в обороне на своем игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды; организовывать оборону против быстрого и постепенного нападения и с использованием персональной, зонной и комбинированной защиты. Быстро перестраиваться от обороны к началу и развитию атаки.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИЕ:

В Учреждении работает библиотека. Библиотека имеет следующие зоны: рабочая зона библиотекаря, оборудованная компьютером, с выходом в сеть Интернет, принтером, сканером; зона выдачи книг; зона хранения, зона читального зала на 25 мест, из них 2 оборудовано компьютером с выходом в сеть Интернет. Медиатека на 250 единиц. Библиотека имеет свободный доступ к книжному фонду. Имеется систематический каталог, тематические картотеки для обучающихся и педагогических работников. Создан электронный каталог учебного фонда.

Материально-техническое и информационно оснащение организации образовательной деятельности обеспечивает возможность: создание и

использование информации (в том числе запись и обработку изображений и звука, выступление с аудио и видеосопровождением и графическим сопровождением, общение в сети Интернет; получение информации различными способами (поиск информации в сети Интернет, работа в библиотеке и т.д.); наблюдений.

Имеющаяся компьютерная техника и информационные ресурсы, носителем которых является, в том числе и школьная библиотека, доступны для удовлетворения информационных потребностей всех участников образовательных отношений. На базе электронной программы "Ирбис" в школе созданы электронные каталоги художественной литературы, справочной литературы, учебной литературы, периодических изданий, доступ к которым осуществляется в библиотеке. В школе имеется доступ к информационным системам и информационно-телекоммуникационным сетям, наличие медиатеки, локальной сети, выход в Интернет, имеется сайт и электронная почта.

ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

- Ворота футбольные (с сеткой или без нее) (2 штуки на группу; 75% времени реализации программы)
- Сетка для переноса и хранения мячей (2 штуки на группу; 15% времени реализации программы)
- Мяч футбольный (15 штук на группу; 75% времени реализации программы)
- Скакалка гимнастическая (15 единиц на группу; 25% времени реализации программы)

наличие футбольного поля и спортивного зала, размеры 12х24.

- стойки для обводки мячей - 10 штук
- стойки для подвески мячей- 2 штуки
- переносные мишени- 2 штуки
- переносные ворота
- маты гимнастические
- скакалки-15 штук
- мячи набивные
- форма спортивная (майки, трусы, гетры и обувь)
- компьютер
- ЭУМП "Футбол. 5-11 кл"
- интерактивные доски - 2 штуки

ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ:

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

Педагог дополнительного образования: Русяев Василий Николаевич
Сведения об образовании: 1990 г., Свердловский ордена «Знак почета»
государственный педагогический институт,
специальность: «Физическая культура»,
квалификация: «Учитель физической культуры»
Категория: первая квалификационная категория (до 23.12. 2023г.)

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ:

«ФУТБОЛ» дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности
Конспекты учебных занятий.
Учебные презентации.
Дидактические материалы к занятиям. Схемы. Иллюстрации.
Кайгородцева М. В. Методическая работа в системе дополнительного образования: материалы, анализ, обобщение опыта. /– Волгоград: Учитель, 2009
Фришман И.И. Педагогу дополнительного образования об организации общественной активности детей и молодежи./ – М.: УЦ Перспектива, 2009

2.1. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/ КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

В соответствии с Уставом и Положением о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся осуществляются следующие виды аттестации: текущий (тематический) контроль, промежуточная аттестация, годовая аттестация.

Текущий контроль - это оценка качества усвоения содержания компонентов какой-либо части (темы) учебного материала в процессе его изучения обучающимся по результатам проверки (проверок). Проводится педагогом дополнительного образования, при необходимости организуется административный контроль.

Промежуточная аттестация - процедура, проводимая с целью оценки качества освоения обучающимися содержания части или всего объема образовательной программы дополнительного образования по окончании полугодия, года.

По программе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности **ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА. ФУТБОЛ.** применяются следующие формы промежуточной аттестации: поэтапный зачет (*система рейтинга*); сдача норм ГТО; спортивное «портфолио».

Оценка ЗАЧЕТ/НЕЗАЧЕТ

Оценка педагога становится для ребенка средством ориентации среди множества ценностей. Благодаря оценке педагог предъявляет ребенку свое ценностное восприятие мира, свое отношение к ценностям. Тем самым педагог транслирует ребенку определенный эталон, учит оценивать этот мир в будущем, формируя ценностное отношение к окружающему

Особенностью организации образовательной деятельности в учреждении можно считать его практическую деятельность направленность, ориентацию не столько на усвоение знания, сколько на способность его применения, использования на практике. Поэтому при оценивании индивидуальных достижений обучающихся педагоги ориентируются на полученный ребенком спортивный результат, имеющий индивидуальную ценность. Преодоление себя, улучшение своих собственных показателей является основным критерием оценивания.

К основным **принципам оценивания** в дополнительном образовании относят: системность, вариативность, осознанность, доступность.

Системность предполагает регулярность проведения процедур оценивания.

Вариативность – использование разнообразных видов, форм и методик оценивания, исходя из возраста обучающихся, содержания деятельности, педагогических задач и т.д.

Осознанность строится на понимании обучающимися критериев оценивания и подхода педагога.

Доступность оценивания заключается в определенной легкости проведения его процедур и обработки результатов.

В целом, оценивание в дополнительном образовании детей является эффективным педагогическим средством развития деятельности обучающихся при условии его систематического использования, понимания ребенком критериев и оснований оценки, а также использования педагогом разнообразных видов оценки и развития оценочной деятельности в соотношении с задачами развития творческой деятельности и личностного развития обучающихся.

Рассмотрим основные параметры, критерии и методики оценивания деятельности обучающихся.

Оценивание результата это сопоставление полученных результатов с предполагаемыми или заданными критериями, что позволяет провести тем самым качественный анализ деятельности относительно целей.

Такая работа позволяет педагогам выработать определенные **критерии оценивания**. Ожидаемые результаты могут стать для педагогов неким «стандартом» в выявлении реальных достижений школьников детского объединения по итогам учебного года.

Образовательная деятельность в системе дополнительного образования предполагает не только обучение определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся, постольку о ее результатах необходимо судить по двум группам показателей: **учебным** (фиксирующим набор основных знаний и практических навыков по изучаемому виду деятельности, приобретенных ребенком в процессе освоения образовательной программы) и **личностным** (выражающим изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном кружке, студии, секции).

При этом каждый из параметров может стать приоритетным в том, или ином объединении в зависимости от его специфики и педагогических целей, поскольку показатели (оцениваемые параметры) – это те требования, которые предъявляются к обучающемуся в процессе освоения им образовательной программы. Содержание

показателей составляют те ожидаемые результаты, которые заложены педагогом в программу.

Для определения показателей и параметров оценки эффективности образовательных результатов наиболее оптимальным для системы дополнительного образования представляется **компетентностный подход**.

Таким образом, в сфере дополнительного образования детей принято выделять несколько **параметров**, по которым оценивается деятельность обучающихся, их достижения образовательных, воспитательных результатов.

Обобщив изложенные в педагогической литературе подходы к определению критериев к оцениванию результативности деятельности обучающихся в дополнительном образовании детей, можно выделить три наиболее существенных параметра.

1. Освоение обучающимися содержания дополнительной образовательной программы.

Критериями данного параметра могут выступать глубина и широта знаний, грамотность (соответствие существующим нормативам, правилам, технологиям), уровень компетенций, разнообразие умений и навыков в практических действиях.

Оценить уровень усвоения содержания образовательной программы можно по следующим показателям:

- степень усвоения содержания;
- степень применения знаний на практике;
- умение анализировать;
- характер участия в образовательной деятельности;
- стабильность практических достижений обучающихся.

2. Устойчивость интереса обучающихся к деятельности по программе.

Критериями данного параметра являются характер мотивов прихода в коллектив, продолжительность пребывания в коллективе, характер мотивов ухода обучающегося из коллектива, характер участия в деятельности.

Показателями устойчивости интереса к деятельности и коллективу можно считать:

- текущая и перспективная сохранность контингента, наполняемость объединения;
- положительные мотивы посещения занятий;
- осознание обучающимися социальной значимости и полезности предмета (деятельности и коллектива) для себя;
- оценка обучающимся роли предмета в его планах на будущее; широкое применение полученных знаний на практике;
- наличие преемников и обучающихся, выбравших свое дело или профессию, связанную с программой.

3. Личностные достижения обучающихся.

Диагностика личностных достижений обучающихся – наиболее трудный аспект оценивания.

Критериями данного параметра могут стать:

Направленность динамики личностных изменений.

Здесь показателями являются:

- характер изменения личностных качеств;
- направленность позиции обучающегося в жизни и деятельности;
- адекватность мировосприятия, миропонимания и мировоззрения возрасту.

Нравственное развитие обучающихся (ориентация на нравственные ценности).

Уровень воспитательных воздействий проявляется через показатели:

- характер отношений между педагогом и обучающимся, между членами детского коллектива, микроклимат в группе;
- характер ориентаций и мотивов каждого обучающегося и коллектива в целом,
- культура поведения обучающегося;
- адекватность поведения, выбора обучающимися позиций в отношениях и решений в различных ситуациях;
- освоение обучающимися культурных ценностей.

Творческая активность и самостоятельность обучающихся.

Показатели степени творческой активности:

- владение технологиями поисковой, изобретательской, творческой деятельности;
- настроение и позиция обучающегося в спортивной деятельности (желание – нежелание, удовлетворенность – неудовлетворенность);
- эмоциональный комфорт (или дискомфорт) в спортивной работе;
- способы выражения собственного мнения, точки зрения;
- количество и качество выдвигаемых идей, замыслов, нестандартных вариантов решений;
- желание освоить материал сверх программы или сверх временных границ курса обучения;
- степень стабильности спортивных достижений во временном и качественном отношениях;
- динамика развития каждого обучающегося и коллектива в целом;
- разнообразие спортивных достижений: по масштабности, степени сложности, по содержанию курса обучения и видам деятельности,
- удовлетворенность обучающихся собственными достижениями, объективность самооценки.

Надо отметить, что уровень активности нельзя в полной мере приравнивать к качеству спортивных достижений обучающихся. Специфика оценивания результатов деятельности обучающихся в дополнительном образовании детей заключается в том, что она ориентирована *не только на результат*, но и на *процесс* этой деятельности, на её цели, способы, средства, условия и включает не только оценку педагога, но и самооценку обучающегося.

В детских группах выделяют две основные группы диагностических методик, используемых для оценивания деятельности обучающихся – ***количественные методы*** и ***методы экспертной оценки***, где оценивание опирается на заранее разработанную и предъявляемую ребенку систему критериев.

Практика показывает, что формы, подходы, методики оценивания и фиксирования достижений обучающихся очень разнообразны, их использование зависит от возраста обучающихся и направленности дополнительных образовательных программ, целей и задач педагогической работы.

В реализации данной программы используются различные нецифровые формы оценивания – вербальное выражение оценки (похвала, порицание и пр.) или материальное выражение оценивания (грамоты, рейтинг мероприятия и т.д.). Особую роль играет эмоциональная сторона поведения педагога: его мимика, жесты, модуляция голоса, критическое замечание, добрый поощрительный или укоризненный взгляд – все приобретает оценочный смысл.

Существуют различные **формы оценивания** достижений обучающихся: дневник педагогических наблюдений, папки достижений, диагностические карты, зачетные и личные учебные книжки и так далее.

Способом организации накопительной системы оценки является портфель спортивных достижений обучающегося. Портфель достижений – сборник результатов обучающегося, который демонстрирует его усилия, прогресс и достижения.

При работе с портфолио обучающийся осознает, как происходит процесс обучения, освоения определенной деятельности; делает выводы о том, насколько эффективны для него лично те или иные виды работы; оценивает свои достижения и возможности, собственное продвижение. Таким образом, «портфолио» является важным мотивирующим фактором обучения, он нацеливает обучающегося на демонстрацию прогресса.

Еще одна форма оценивания – **система рейтинга или поэтапный зачет**. Она сочетает в себе количественные и качественные характеристики. Показатели для рейтинга могут быть любые, преимущества рейтинговой системы оценивания: оценка не зависит от характера межличностных отношений педагога и обучающихся, итог определяется в виде суммирования всех собранных баллов, которые могут быть исправлены до начала подведения итогов, обучающийся волен сам выбирать стратегию своей деятельности, так как оценки предлагаемых видов деятельности определены заранее

Необходимо отметить, что рейтинговая система обладает ни с чем не сравнимой гибкостью, что позволяет выстроить свою систему оценивания по каждому курсу с учетом его специфики и особенностей обучающихся, его изучающих.

Особое внимание нужно уделить такому виду оценивания, как, **самооценка**. Самооценка – это представление ребенка о своих достоинствах и недостатках и одновременно характеристика уровня его притязаний.

Система оценивания выстраивается таким образом, чтобы обучающиеся включались в оценочную деятельность, приобретая навыки и привычку к самооценке, становились субъектом оценочной деятельности.

При этом создаются такие условия активного взаимодействия педагога и ребенка, в результате которого происходит развитие и саморазвитие как того, так и другого. Формирование способности к самооценке влияет на эффективность социальной адаптации личности, является регулятором поведения и

взаимоотношения человека с окружающими, сказывается на отношении к успехам и неудачам.

Оценка учебных достижений:

Форма, процедура: тесты и контрольные упражнения.

- Уровень 1: тест или контрольные упражнения без ограничения времени.
- Уровень 2: тест или контрольные упражнения с ограничением времени.
- Уровень 3: тест или контрольные упражнения повышенной сложности с ограничением времени.

Критерии оценивания достижения планируемых результатов:

- Уровень 1: недифференцированная оценка за выполнения задания
ЗАЧТЕНО/ НЕ ЗАЧТЕНО
- Уровень 2: дифференцированная оценка за выполнения задания
ХОРОШО/ ОТЛИЧНО

Таким образом, с современной точки зрения, оценка – это эффективное педагогическое средство развития личности ребенка. Оценивание выполняет развивающую и мотивирующую функции, а также способно формировать адекватную и позитивную самооценку ребенка. Не случайно в системе дополнительного образования детей существуют свои особенные позиции к оцениванию качества и результативности деятельности обучающихся.

Контроль и оценка результатов учащихся предусматривает выявление индивидуальной динамики качества усвоения программы обучающимся и не допускает сравнения его с другими обучающимися.

Для оценки эффективности занятий можно использовать следующие показатели:

- удовлетворенность обучающихся, посещающих спортивную секцию
- сформированность деятельности (правильность выполняемых действий; соблюдение правил техники безопасности);
- степень помощи, которую оказывает педагог обучающимся при выполнении заданий: чем помощь педагога меньше, тем выше самостоятельность учеников и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;
- поведение обучающихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность обеспечивают положительные результаты занятий;
- результаты выполнения тестовых упражнений, при выполнении которых выявляется, справляются ли обучающиеся с этими заданиями самостоятельно.

Контроль в учебной программе.

Контроль позволяет определить эффективность обучения, обсудить результаты, внести изменения в учебный процесс. Контроль позволяет детям, родителям, педагогам увидеть результаты своего труда, что создает хороший психологический климат в коллективе. Педагогический контроль (диагностические исследования) проводятся по итогам четверти и по итогам учебного года.

№ п/п	Вид контроля	Цель контроля	Методы и формы	Сроки проведения	Отслеживание результатов
1	Предвари-	Определение уровня общей физической	Выполнение контрольных	сентябрь	Согласно данных спланировать учебный и

	тельный	подготовки обучающихся, контроль за состоянием здоровья, формирование навыков личной и общественной гигиены.	нормативов, тестирование, медицинское обследование.		индивидуальный план работы. Заполнение индивидуальных карт спортсмена.
2,3	Промежуточный	Устранение возможных срывов адаптационных процессов и своевременное назначение необходимых профилактических мероприятий.	Выполнение промежуточных упражнений, нормативов, наблюдение. Участие в соревнованиях.	декабрь январь март	Внесение изменений в план работы. Коррекция индивидуальных тренировочных нагрузок.
4	Итоговый	Определение уровня общей физической подготовки, специальной подготовки. Контроль за состоянием здоровья. Определение результатов обучения.	Выполнение контрольных нормативов тестирование, медицинское обследование. Участие в соревнованиях.	май	Внесение корректив в учебную программу по итогам диагностирования обучающихся, выполнения контрольных нормативов.

Оценка физической подготовки

(указания к выполнению контрольных упражнений (тестов) обучающимися)

Упражнение	Техника выполнения и оценка
Оценка общей физической подготовки.	
1. Бег 20м. вперед лицом	Оценивание уровня скоростных качеств движений спортсменов. Тест проводится в зале на дистанции 20м. с высокого старта. Оценивается время бега.
2. Бег 20м. вперед спиной.	Выявление уровня развития координационных качеств и быстроты юного хоккеиста. Задание проводится в зале, дистанция 20м., старт по звуковому сигналу. Даются две попытки, регистрируется время.
3. Отжимания.	Оценивается уровень развития силовых качеств верхнего плечевого пояса.

4. Прыжок в длину.	Выявление скоростно-силовых качеств юного спортсмена, а так же уровня развития координационных способностей. Даются 2 попытки, регистрируется лучший показатель.
5. Тест на ловкость	Оценивается уровень развития координации юных спортсменов. Дистанция 20м. По сигналу выполняется прыжок с разворотом на 360 на месте. Затем выполняется 2 кувырка вперед на матах, после чего перепрыгивает через барьер высотой 50 см. и подползает под барьер 50см., оббегание змейкой 5 стоек, выполняет поворот на 180; финиш спиной вперед. Оценивается время прохождения.
6. Челночный бег.	Выявление уровня скоростных и скоростно-силовых качеств спортсмена. По сигналу спортсмен стартует с высокого старта. Оценивается по времени.
Оценка специальной физической и технической подготовки.	
1. Бег 20м. вперед лицом	Упражнение проводится на льду. Определяется уровень специальных скоростных качеств.
2. Бег 20м вперед спиной.	Определяются координационные способности, техника катания спиной вперед.
3. Челночный бег. 6 на 9 м.	Определяется уровень развития.

Контрольные нормативы по общей, специальной физической и технической подготовленности для групп начальной подготовки.

Контрольные упражнения (тесты)	Начальная подготовка		
	1	2	3
<i>По общей физической подготовке</i>			
Бег 20м. с высокого старта (с)	4,32	4,25	4,17
Прыжок в длину толчком двух ног (м)	147,8	160,3	182,5
Отжимание на руках из упора лежа (кол-во)	31	37	41
Бег 20м. спиной вперед (с)	7,56	7,17	6,93
Челночный бег 4 на 9 м.	11,25	11,03	10,89
Комплексный тест на ловкость (с)	17,01	16,88	16,69

Контрольные нормативы по общей, специальной физической и технической подготовленности

Контрольные упражнения	Учебно-тренировочные группы				
	1	2	3	4	5
<i>По физической подготовке</i>					
Бег 30 м старт с места	5,2	5,0	4,8	6,6	4,4
Пятикратный прыжок в длину(м)	8	9	10	11	12,5
Бег 400м (с)	74	70	66	64	62

Приседания со штангой с весом собственного тела (кол-во)	10	12	14	16	18
Подтягивание на перекладине (Кол-во)	8	10	12	14	15
Бег 3000м (мин)	-	-	12,6	12,3	12,0
<i>По специальной физической и технической подготовке</i>					
Бег на коньках 30 м (с)	5,6	5,2	4,8	4,6	4,4
Челночный бег 5 на 54м (с)	38,0	38,4	46,0	45,0	44,0
Бег по малой восьмерке лицом и спиной вперед (с)	27	26	24	23	22
Обводка 5-ти стоек с последующим броском в ворота	7,8	7,6	7,4	7,2	7,0
Броски мяча в ворота (балл)	5	6	7	9	10

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога

Андреев С.Н. Футбол в школе. М.: Просвещение, 1986.

Вайн Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых. Перевод с итальянского М. Терра: Спорт, Олимпия пресс, 2004.

Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М., 2011.

Лапшин О.Б. – Теория и методика подготовки юных футболистов. М., 2010.

Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Пособие для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол». М.: Просвещение, 2011

Литература для чтения обучающимся

Андреев С.Н. Футбол в школе. М.: Просвещение, 1986.

АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол» ориентирована на всестороннее удовлетворение образовательных потребностей обучающегося в реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта, направленных на физическое воспитание личности ребенка, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор наиболее одаренных детей и подростков, создание условий для занятий физической культурой и прохождения спортивной подготовки.

Программа предназначена для обучающихся 10-15 лет, не имеющих специальных спортивных навыков, проявляющих интерес к занятиям физической культурой и спортом, имеющих медицинский допуск.

Цель данной программы: обеспечение всестороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся.

Актуальность программы обусловлена ее практической значимостью: привлечение обучающихся школы к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в ОО традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта как футбол; формирование здорового образа жизни.

Общее количество учебных часов запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 208 часов.

Срок обучения 3 года.

1 год обучения 68 часов. Стартовый уровень

2 год обучения 70 часов. Базовый уровень.

3 год обучения 70 часов. Базовый уровень

Количество учебных занятий в неделю – 2.

Продолжительность учебного занятия – академический час..

ПРИЛОЖЕНИЕ. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК 2023-2024.

N п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов 68		Тема занятия	Место проведения	Форма контроля/
					теория	практика			
			Суббота 10.00-10.40 10.50-11.30		8	60	1 модуль Спортивно-оздоровительный этап		
1	сентябрь			вводное занятие тематическое занятие	4	0	Тема 1. Введение. История развития хоккея с мячом и футбола в России. Техника безопасности. Гигиенические знания и навыки. Медицинское обследование.	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция
	октябрь			тематическое занятие	2		Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка. Общеразвивающие и специальные упражнения, подвижные и двусторонние игры. Игровая тренировка.	спортивный зал спортивная площадка	
	ноябрь			практические занятия занятия-тренировки		18			

	декабрь			практические занятия		32	Тема 3. Техничко-тактическая подготовка.	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция
	январь			занятия-тренировки					
	февраль			коллективное взаимодействие (парное, микрогрупповое, групповое, межгрупповое взаимодействие)					
	март								

	апрель					6	Тема 4. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры.	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция Оценка, взаимооценка
	май		итоговое занятие	сдача нормативов		6	Тема 5. Соревнования по футболу.	спортивная площадка	Оценка, взаимооценка
				спортивное соревнование					

N п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов 70		Тема занятия	Место проведения	Форма контроля/
					теория	практика			
			Суббота 12.00-12.40 12.50-13.30		6	64	2 модуль Учебно- тренировочный этап /начальная специализация		
1	сентябрь			тематическое занятие	2		Тема 1. Физическая культура и спорт в России.	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция
	октябрь			практические занятия занятия-тренировки		14	Тема 2. Врачебный контроль и самоконтроль. Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка.	спортивный зал спортивная площадка	

	ноябрь			практические занятия		14	Тема 4. Техническая подготовка.	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция
	декабрь			занятия-тренировки					
	январь			практические занятия		24	Тема 5. Техника игры		
	февраль			занятия-тренировки					
				коллективное взаимодействие (парное, микрогрупповое, групповое, межгрупповое взаимодействия)					

	март								
	апрель				6	Тема 6. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры.			Наблюдение, коррекция Оценка, взаимооценка
	май				6	Тема 7. Соревнования по футболу.	спортивный зал спортивная площадка		Оценка, взаимооценка
							спортивная площадка		

N п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов 70		Тема занятия	Место проведения	Форма контроля/
					теория	практика			
			Суббота 10.00-10.40 10.50-11.30		4	66	3 модуль Учебно- тренировочный этап / углубленная специализация		
1	сентябрь			тематическое занятие	2		Тема 1. Развитие футбола в России и за рубежом.	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция
				обучающее занятие	2		Тема 2. Физиологические основы спортивной тренировки.	спортивный зал спортивная площадка	
	октябрь			практические занятия		12	Тема 3. Общая и специальная физическая подготовка.		
				занятие- тренировка					
				игровые тренировки					
				мастер-класс					

	ноябрь			практическое занятие занятие-тренировка открытое занятие; спортивные праздники		10	Тема 4. Техническая подготовка.		
	декабрь					32	Тема 5. Техника игры	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция
	январь			практическое занятие занятие-тренировка открытое занятие; спортивные праздники					
	февраль								

	март								
	апрель								
	май			Сдача нормативов		6	Тема 6. Контрольные упражнения по общей физической подготовке и технике игры.	спортивный зал спортивная площадка	Наблюдение, коррекция Оценка, взаимооценка
				спортивное соревнование		6	Тема 7. Соревнования по футболу.	спортивная площадка	Оценка, взаимооценка

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658532

Владелец Чендева Екатерина Викторовна

Действителен с 09.01.2025 по 09.01.2026