

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №291
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ СОШ № 291 Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТА
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
ГБОУ СОШ №291
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
РЕШЕНИЕ ОТ 29.08.2023
ПРОТОКОЛ № 7

УТВЕРЖДЕНА
ПРИКАЗОМ № 576-09 ОТ 29.08.2023
ДИРЕКТОР ГБОУ СОШ №291
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
О.В. МАРФИН



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВУШЕК»**

Возраст учащихся: 14-18 лет
Срок реализации: 1 год

Разработчик: педагог дополнительного образования
Назаренко Наталья Васильевна

Программа разработана в 2016 году
Программа переработана в 2023 году

Санкт-Петербург
2023 год

Пояснительная записка.

Направленность программы: физкультурно - спортивная

Актуальность: Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры.

Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед учителем физической культуры является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Отличительные особенности программы: Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

Адресат программы: учащиеся 14-18 лет (7-11класс)

Объем и срок реализации программы:

Данная программа рассчитана на один учебный год.

Продолжительность освоения 144 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, с перерывом не менее 10 мин.

Цель программы: Развитие спортивных навыков, через приобретение знаний, умений необходимых футболистам, а также воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Задачи:

Образовательные: Обучение технике игры в футбол является наиболее сложным и трудоёмким процессом, поэтому на него отводится программой большая часть времени. Важно довести до сознания каждого кружковца, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

Воспитательные: воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Развивающие:

- развитие и совершенствование жизненно важных двигательных навыков и умений;
- развитие основных двигательных качеств (быстроты, координации, ловкости, выносливости, гибкости), а так же психических качеств (памяти, внимания, мышления).

Воспитательные:

- воспитание интереса к спорту;
- воспитание командного духа.
- воспитание трудолюбия, целеустремленности, волевых качеств.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Условия приема – принимаются все желающие, не имеющие физиологических патологий по здоровью и прошедших предварительное тестирование в игровой обстановке. Программа занятий составлена в соответствии с возрастными психолого-педагогическими особенностями обучающихся. Программа важна тем, что социальная и личностная адаптация, самореализация и самовыражение, развитие уверенности в себе являются необходимой основой для дальнейшей деятельности учащихся и реализации своих творческих способностей.

Условия формирования группы: Образовательная программа рассчитана на учащихся 14-18 лет.

К занятиям на этом этапе допускаются дети среднего возраста, имеющие письменное разрешение врача-педиатра.

Количественный состав группы -15 человек.

Особенности организации образовательного процесса

Коллективный характер футбольной деятельности предопределяет проявление игроками своих лучших морально-волевых качеств: ответственности и дисциплинированности, уважения к партнерам и сопернику, взаимовыручки, смелости и решительности, настойчивости и инициативности.

Этапы работы по программе:

1 этап (начальный)	3 мес	Получение необходимых навыков и умений владения мячом
2 этап (основной)	3 мес	Закрепление и совершенствование координационных навыков
3 этап (заключительный)	3 мес	Овладение техникой работы с мячом и некоторыми тактическими действиями для участия в соревнованиях и турнирах

На первом этапе

Учащие знакомятся с особенностями правил игры в футбол, техникой безопасности обращения с мячом и основами работы в команде. Под руководством преподавателя совершенствуют свои навыки и умения работы с мячом, занимаются ОФП.

На втором этапе

Учащиеся продолжают занятия по ОФП и совершенствуют свои координационные навыки.

На третьем этапе

Учащиеся продолжают работу над техникой владения мячом и некоторыми тактическими действиями для участия в соревнованиях и турнирах.

Формы организации деятельности учащихся на занятии - в ходе реализации программы сочетается групповая (работа в команде) и индивидуальная работа .

Формы проведения занятий -

1. Теоретические занятия:

- обобщающие теоретические занятия по темам, дающим представления об основных особенностях правил игры в футбол ; знакомство с игрой российских и зарубежных известных футболистов.;
- Теоретические сведения об истории зарождения игры в футбол в России и за рубежом.

2. Практические занятия:

Занятия проводятся по следующим параметрам:

- ОФП

- работа с мячом в команде

- общекомандные действия в игре

- отработка приемов и передач в парах

3. Индивидуальные занятия:

Учитывая принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей детей, каждому ребёнку требуются индивидуальные занятия по:

- технике работы с мячом

- отработке ударов по воротам

- технике приема и передач мяча партнеру

Это необходимо для выравнивания возможностей детей.

4. Предигровые и игровые занятия, подготовка и участие в матчевых встречах:

- товарищеские матчи

- внутришкольные соревнования

- районные соревнования

Это способствует закреплению изученного материала, даёт учащимся возможность поделиться своими знаниями и творческими успехами . Матчевые встречи играют большую роль в психологическом становлении личности – умение сосредоточиться, сконцентрироваться, преодолеть страх перед соперниками.

6. Экскурсионные занятия:

- общее посещение матчевых встреч команд мастеров городского и российского уровня.

Материально – техническое обеспечение:

Материально - техническое оснащение тренировочного процесса должно соответствовать определенным нормам и требованиям.

Спортивный инвентарь и оборудование	Кол-во в наличии
Коврики гимнастические	15

Малые мячи	10
Манишки	10
Ворота мини-футбольные с сеткой	2
Футбольные мячи	8
Мини-футбольные мячи	8
Фишки футбольные	20
Скакалка гимнастическая	15
Палка гимнастическая	15
Обруч гимнастический	15
Гантели наборные	15

Кадровое обеспечение – педагог руководитель объединения, реализующий данную программу владеет следующими профессиональными и личностными качествами:

- обладает специальным спортивно-педагогическим образованием;
- владеет навыками и приёмами организации тренировочных занятий;
- знает физиологию и психологию детского возраста;
- умеет вызвать интерес к себе и преподаваемому предмету;
- умеет создать комфортные условия для успешного развития личности воспитанников;
- умеет видеть и раскрывать творческие способности воспитанников

Планируемые результаты

Предметные

- устойчивый интерес к спорту, футболу и различным командным видам спорта
- общее понятие о значении физкультуры и спорта в жизни человека,
- формирование здорового образа жизни учащихся
- элементарные умения и навыки в различных видах учебно-спортивной деятельности.
- по истечении срока обучения (1 год) по программе «Футбол для девушек», получив знания и навыки, учащиеся имеют возможность реализовать свои умения на спортивных соревнованиях.

Личностные

- социальная адаптация учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде
- реализация творческого потенциала в процессе коллективной (или индивидуальной) работы в команде .
- позитивная самооценка своих спортивных возможностей.
- Учащиеся занимающиеся по данной программе участвуют в районных, областных фестивалях и конкурсах, в мероприятиях школы, а также знакомятся с работой других детских коллективов, что безусловно, расширяет кругозор детей, физически развивает их, будит инициативу и стремление к самосовершенствованию

Метапредметные

- ориентация в физкультурно-спортивном многообразии окружающей действительности, участие в спортивной жизни класса, школы, города и др.;
- формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных,

районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных физкультурно-спортивных задач;

- в конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации и контроля
		Теория	Практика	Всего часов	
1.	Выявление уровня первичной подготовки девушек в данном виде			2	Наблюдение
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1		2	Учебное тестирование Наблюдение
3.	Техническая подготовка	2	28	30	Открытые занятия Наблюдение
4.	Тактическая подготовка	2	10	14	Сравнительный анализ
5.	Общая физическая подготовка		18	20	Наблюдение Самоанализ
6.	Специальная физическая подготовка	1	18	20	Наблюдение Анализ педагога
7.	Игровая подготовка		18	20	Наблюдение Анализ педагога
8.	Инструкторская и судейская практика	1	6	8	Наблюдение Анализ педагога

9.	Соревнования		26	26	Наблюдение Самоанализ
10	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов		2	2	Наблюдение Анализ педагога
	Итого	8	136	144	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №291
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ СОШ № 291 Санкт-Петербурга)

ПРИНЯТ
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
ГБОУ СОШ №291
РЕШЕНИЕ ОТ 29.08.2023
ПРОТОКОЛ № 1

УТВЕРЖДЕН
ПРИКАЗОМ № 576-09 ОТ 29.08.2023
ДИРЕКТОР ГБОУ СОШ №291
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
О.В. МАРФИН



КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
к программе «ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВУШЕК»
на 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения По программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2023	28.05.2024	36	144	2 раза в неделю по 2 академических часа

II. Промежуточный и итоговый контроль/аттестация освоения учащимися дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы:

-Входной контроль - *проводится при формировании коллектива* – изучение отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка: (сентябрь)

-Промежуточный контроль – *проводится по окончании изучения темы, в конце полугодия, года (декабрь)*

-Итоговый контроль - *проводится в конце обучения по программе* – проверка освоения программы, учет изменений качеств личности каждого ребенка (май)

Формы проведения диагностики и контроля:

-Наблюдение детей в процессе учебных занятий, тренировочных игр, турниров

-Открытые занятия (контрольные, итоговые) для родителей, педагогов, специалистов, администрации.

-Сравнительный анализ.

III. Режим работы в период школьных каникул:

Занятия проводятся по расписанию в форме групповых занятий, участия в внутришкольных, районных и городских соревнованиях.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной общеразвивающей программе
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВУШЕК»

Цель:

Развитие спортивных навыков, через приобретение знаний, умений необходимых футболистам, а также воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Задачи:**Образовательные:**

- приобретение необходимых теоретических знаний в футболе
- обучение двигательным навыкам и умениям;
- обучение техническим приемам мини-футбола в соответствии с возрастом;

Воспитательные:

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься

физическими упражнениями;

Развивающие:

- Развить двигательные качества и умения
- Развить творческие способности и раскрыть творческий потенциал.
- Сохранить и укрепить физическое и психическое здоровье учащегося
- Развить потребности в разумном проведении своего свободного времени; сформировать гражданско-нравственную позицию, чувства патриотизма.
- развитие у детей необходимых физических качеств, хорошей координации движений, умениям и навыкам игры в футбол, самостоятельности и творческого подхода к занятиям.

Особенность программы обучения:

1. Обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности детей соответствующего возраста.
2. Достижение высокой моторной плотности и динамичности занятий.
3. Уделение внимания психологической подготовке занимающихся: устранению страха перед сложными упражнениями, укреплению веры в свои силы, воспитанию смелости, ознакомлению с мерами безопасности.

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №291
Красносельского района Санкт-Петербурга
(ГБОУ СОШ № 291 Санкт-Петербурга)**

**ПРИНЯТО
ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ
ГБОУ СОШ №291
РЕШЕНИЕ ОТ 29.08.2023
ПРОТОКОЛ № 7**

**УТВЕРЖДЕНО
ПРИКАЗОМ № 576-09 ОТ 29.08.2023
ДИРЕКТОР ГБОУ СОШ №291
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
О.В. МАРФИН**



КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Программа: «ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВУШЕК» 14-18 лет

Группа: №1

Педагог дополнительного образования: Назаренко Наталья Васильевна

№ п/п	Даты	Темы	Количество часов		
			Теория	Практика	Всего
1.	01.09	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство обучающихся друг с другом. ОФП С мячом	1ч	1ч	1ч
2.	05.09	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.		2час	2ч
3.	08.09	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.		2ч	2ч
4.	12.09	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.		2ч	2ч
5.	15.09	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».		2ч	2ч
6.	19.09	Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».		2ч	2ч

7.	22.09	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.		2ч	2ч
8.	26.09	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.		2ч	2ч
9.	29.09	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль яча».		2ч	2ч
10.	03.10	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол		2ч	2ч
11.	06.10	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.		2ч	2ч
12.	10.10	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1ч	1ч	2ч
13.	13.10	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.		2ч	2ч
14.	17.10	Подвижные игры.		2ч	2ч
15.	20.10	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.		2ч	2ч
16.	24.10	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы		2ч	2ч
17.	27.10	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1ч	1ч	2ч
18.	31.10	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1ч	1ч	2ч
19.	03.11	Товарищеская игра 5-6 против 8-9 классов.		2ч	2ч

20.	07.11	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.		2ч	2ч
21.	10.11	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.		2ч	2ч
22.	14.11	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.		2ч	2ч
23.	17.11	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.		2ч	2ч
24.	21.11	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов		2ч	2ч
25.	24.11	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.		2ч	2ч
26.	28.11	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.		2ч	2ч
27.	01.12	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.		2ч	2ч
28.	05.12	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
29.	08.12	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.		2ч	2ч
30.	12.12	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.		2ч	2ч

31.	15.12	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.		2ч	2ч
32.	19.12	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1ч	1ч	2ч
33.	22.12	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
34.	26.12	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.		2ч	2ч
35.	29.12	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1ч	1ч	2ч
36.	09.01	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.		2ч	2ч
37.	12.01	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.		2ч	2ч
38.	16.01	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
39.	19.01	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов		2ч	2ч
40.	23.01	Специальные упражнения. Чеканка мяча.		2ч	2ч
41.	26.01	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.		2ч	2ч
42.	30.01	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.		2ч	2ч

43.	02.02	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
44.	06.02	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
45.	09.02	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.		2ч	2ч
46.	13.02	Товарищеская игра – ГБОУ СОШ №54.		2ч	2ч
47.	16.02	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.		2ч	2ч
48.	20.02	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
49.	27.02	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.		2ч	2ч
50.	01.03	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
51.	05.03	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.		2ч	2ч
52.	12.03	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.		2ч	2ч
53.	15.03	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.		2ч	2ч
54.	19.03	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.		2ч	2ч
55.	22.03	Игра на опережение, старты из различных положений.	1ч	1ч	2ч
56.	26.03	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.		2ч	2ч

57.	29.03	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.		2ч	2ч
58.	02.04	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.		2ч	2ч
59.	05.04	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.		2ч	2ч
60.	09.04	Прием мяча различными частями тела.		2ч	2ч
61.	12.04	Совершенствование финтов, применение при сопротивлении защитника.		2ч	2ч
62.	16.04	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.		2ч	2ч
63.	19.04	Двусторонняя учебная игра.		2ч	2ч
64.	23.04	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.		2ч	2ч
65.	26.04	Старты из различных положений, двусторонняя игра.		2ч	2ч
66.	03.05	Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.		2ч	2ч
67.	07.05	Соревнования		2ч	2ч
68.	14.05	Совершенствование финтов, применение при сопротивлении защитника.		2ч	2ч
69.	17.05	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.		2ч	2ч
70.	21.05	Двусторонняя учебная игра. Участие в		2ч	2ч

		соревнованиях			
71.	24.05	Двусторонняя учебная игра. Участие в соревнованиях		2	2
72.	28.05	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.		2	2
ИТОГО			7	137	144

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия	Номер группы	Сроки	Место проведения
1.	Участие в школьном празднике « ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»	1	сентябрь	ГБОУ СОШ 291
2.	Участие в районных соревнованиях по мини-футболу	1	Сентябрь октябрь	ЦФИз Красносельского района
3.	Участие в Спартакиаде и по футболу	1	ноябрь	СОШ Красносельского района
4.	Городской этап соревнований «Мини-футбол в школу»	1	январь	СОШ г.Санкт-Петербурга
5.	Участие в турнирах по футболу в рамках проведения к праздникам- 23 февраля, День Победы	1	февраль	ГБОУ СОШ 291
6.	Участие в районных и городских турнирах «Кожаный мяч»	1	апрель	Стадионы СОШ района
7.	Участие в районных и городских турнирах «Кожаный мяч»	1	май	Стадионы г.Санкт-Петербург

ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

№ п/п	Название мероприятия	Номер группы	Сроки	Место проведения
1.	Родительское собрание Тема: «О задачах творческого объединения в новом учебном году, планирование совместной работы. Выбор родительского комитета»	1	сентябрь	ГБОУ СОШ №291
2	Участие и помощь родителей в спортивных соревнованиях детей	1	октябрь	СОШ Красносельского района
3.	Родительское собрание Тема: «Участие воспитанников в городских соревнованиях, конкурсах»	1	январь	ГБОУ СОШ №291
4	Поездка детей с родителями на городские соревнования	1	февраль	Стадионы г.Санкт-Петербург
5	Открытое занятие для родителей	1	апрель	ГБОУ СОШ №291
6.	Родительское собрание «Итоги года»	1	май	ГБОУ СОШ №291

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Комплектование группы: тестовые методики с детьми, проверка физических и координационных способностей. Родительское собрание
-организационные моменты, обсуждение расписания, учебной нагрузки детей. Вопрос взаимодействия родителей с деятельностью детей. (4 часа)

1.Тема: «Вводное занятие. Инструктаж по Т.Б.» 2 часа.

Теория (2 ч)

- инструктаж по охране труда,
- инструктаж по ТБ на тренировке и после занятий в раздевалках
- инструктаж по ТБ на соревнованиях

2.Тема: «Техническая подготовка» 30 часов.

Теория (2ч)

- понятие-«Техническая подготовка», её виды и особенности

Практика (28ч)

- Различные способы перемещения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Прием (остановка) мячей. Ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Комплексное выполнение технических приемов

3.Тема: «Тактическая подготовка» 24 часов

Теория (4ч)

Теоритические знания о тактике игры команды в оборонительных действиях, в атаке, в игре вратаря.

- Практика (10ч)

Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря.

4.Тема: «5. Общая физическая подготовка.» 20 часов

Теория (2ч)

- знакомство с понятием «ОФП», виды и их разновидности

Практика (18ч)

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с набивным мячом
Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.

5.Тема :« Специальная физическая подготовка» 20 часов

Теория (2ч)

- знакомство с понятием «Специальная физическая подготовка», виды и разновидности.

Практика (18ч)

Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости, координации.

6.Тема: «Игровая подготовка » 40 часов

Теория (2ч)

- знакомство с понятием –«Игровая подготовка» виды и её разновидности

Практика (18ч)

- Подвижные игры. Спортивные игры.

7. Тема: «8. Инструкторская и судейская практика.» - 12 часов

Теория (2ч)

-знакомство с правилами футбола и их толкование, способы применения

В игре на соревнованиях и турнирах

Практика (6ч)

- судейское обслуживание тренировочных игр.

8. Тема: «Соревнования» (26 часов).

Практика (20ч)

Участие в различных видах соревнований муниципального, районного, городского и всероссийского уровней.

9. Тема «Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов» 2 часа

Практика (2ч)

Учебное тестирование. Подведение итогов. Награждение лучших учащихся.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методы и технологии

Для реализации задач и содержания программы необходимо учитывать, что каждый обучающийся есть неповторимая индивидуальность, обладающая свойственными только ей психологическими, физическими и прочими особенностями и требует всестороннего изучения этих особенностей и творческого подхода к методам их развития.

Принципы педагогического процесса:

- принцип гармонического воспитания личности;
- принцип постепенности и последовательности в овладении мастерством владения мячом, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности - природосообразности ребенка;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

Чёткая структура занятий имеет особое значение. Хорошо продуманная последовательность видов работы, чередование лёгкого материала и трудного, напряжения и разрядки делают занятия продуктивными и действенными.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1,5-2 часа в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Для освоения учащимися полного курса программы «Футбол для девушек» используются следующие методы:

словесные: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

- *наглядные*: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

- *практические методы*:

- методы упражнений;

- игровой;

- соревновательный;

- круговой тренировки.

- *репродуктивный метод*: метод показа и подражания;

- *творческий метод*: определяет качественно - результативный показатель практического воплощения упражнений ; благодаря ему, проявляется индивидуальность, инициативность, особенности мышления и фантазии ученика.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- *в целом*;

- *по частям*.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Система контроля результативности обучения

Формой оценки обучения воспитанника являются результаты, демонстрируемые им при участии в различных турнирах и соревнованиях школьного, районного, городского уровней. Умения и навыки проверяются во время участия учащихся на соревнованиях. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Нормативы

по физической и технической подготовке игры в футбол

Упражнения	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
Бег 30м (сек)	6,3	6,1	5.4	5.3	5,1
Бег 60м (сек)	17,5	16,0	10.8	10.6	10.2
6-минутный бег (м)	1000	1100	1300	1500	1800
Прыжок в длину с/м (см)	150	160	170	175	180
Бег 30м с ведением мяча (сек)	8,4	8,8	8.3	7.8	6,2
Бег 5х30м с ведением мяча (сек)	30.0	27.5	23.5	21.	18.7
Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м)	25	28	30	32	35
Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	2	3	5	7	8
Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	15	13	10	8	6
Жонглирование мячом (кол-во раз)	3	5	8	10	12
Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м)	10	15	18	20	25
Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)	160	180	190	200	230
Бросок мяча на дальность (м)	9	11	15	21	25

Формы и методы оценивания результатов:

- создание ситуаций проявления качеств, умений и навыков
- устный анализ творческих заданий
- устный анализ самостоятельных работ
- итоговая аттестация в форме диагностики – в конце года

Задачей диагностики является определение уровня начальной подготовленности учеников в сфере физического совершенствования, а также уровня их психологической устойчивости.

Основным методом диагностики является наблюдение за детьми в процессе их работы над заданиями.

- сдача нормативов;
- результативность товарищеских игр и соревнований.

Методическое обеспечение образовательной программы

№	Раздел или тема программы	Форма проведения занятий	Приемы, методы, технологии организации учебно - образовательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы проведения итогов
1.	«Охрана труда». Тренировочный процесс	Вводное занятие. занятие – лекция	Объяснительно-иллюстративный метод	Плакаты по охране труда, Видео-презентация «Тренировка юных футболистов»	Наблюдение, опрос, коллективная рефлексия
2.	Техническая подготовка футболистов	Беседа тренировочные занятия	Объяснительно-иллюстративный метод тестовая методика	<i>Плакаты:</i> <i>Видео-презентации:</i> передачи мяча в парах, остановка мяча различными способами, ведение мяча, удары по воротам	Наблюдение, опрос Диагностика,
3.	Тактическая подготовка	Занятия – презентации тренировочные занятия	Метод упражнения Визуальное наблюдение Метод самоконтроля	<i>Видео уроки:</i> « Зонная защита» « Индивидуальная опека» «Держание мяча» «Прессинг» «Командное нападение»	Наблюдение педагога Диагностика
4.	Общая физическая подготовка	тренировочные занятия Игровые занятия	Демонстрационный Визуальное наблюдение	Видеозаписи: «Беговые упражнения» «Бег с препятствиями» «Тренировка в фитнес-зале» «Бег по пересеченной местности» «Упражнения со скакалкой»	Наблюдение педагога Самоанализ Диагностика

5.	Специальная физическая подготовка	Занятие - презентация вида деятельности тренировочные занятия	метод Игровой метод Командный метод	Презентации: «Спортивные игры»-гандбол, баскетбол, волейбол ногами «Подвижные игры» «Упражнение-ступенька» «Работа с утяжелителями»	Наблюдение педагога Самоанализ Диагностика
6.	Игровая подготовка	Тренировочное занятие Тренировочные и товарищеские игры	Словесный: беседа, объяснение, диалог; Репродуктивный, Наглядный –показ педагогом;	Просмотр и анализ видеозаписей прошедших игр, Интерактивная доска	Наблюдение Диагностика Анализ
7.	Инструкторская и судейская практика	Беседа Презентация слайдов Объяснение задач	Словесный: беседа, объяснение, диалог; Репродуктивный, Наглядный –показ педагогом,;	Видео записи игр регулярного чемпионата города и России	Наблюдение Анализ Диагностика
8.	Соревнования	тренировочные занятия Игровые занятия	Метод Демонстрационный Визуальное наблюдение	Официальные и тренировочные игры на турнирах и спартакиадах районного и городского уровня на стадионах и игровых площадках.	Наблюдение педагога Диагностика
9.	Итоговое занятие Сдача контрольных нормативов	Подведение итогов Принятие контрольных нормативов	Словесный: беседа, объяснение, диалог; Методика тестирования; Практический: диагностика	Спортивная площадка Футбольные мячи Секундомер Грамоты	Диагностика Награждение Лучших учащихся

Нормативная база

1. Федеральный закон №273-ФЗ (ст.15, ст.16, ст.17; ст.75) Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
2. СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. №41), изменения от 1 марта 2017 года.

Для педагога

1. С.Ю. Тюленков, А.А. Федоров «Футбол в зале: система подготовки» -М, 2000
2. О.А. Степанова «Игра и оздоровительная работа в начальной школе» -М, 2004
3. В.А. Муравьев «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» -М, 2004
4. Б.Х. Ланда «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006.
5. Комплексная программа физического воспитания. Изд. Просвещение 2008г.
6. М.Г. Каменцер «Спортшкола в школе» М. Физкультура и спорт 1985г.
7. Г.А. Васильков « От игры к спорту» М. Физкультура и спорт. 1990г.
8. С.Н. Андреев Э.Г. Алиев мини-футбол в школе ОАО Изд «Советский спорт» 2006г.

Для учащихся

1. А.Власов «Мини-футбол в школу!», «Спорт в школе», № 23, 2006
2. С.Андреев, Э.Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5, 2007
3. А.Полозов «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», № 6, 2006

Интернет источники

1. «Организация и проведение занятий по футболу» Демченко В.М., olimpic-vol.ru
2. Методические разработки по проведению разминки к тренировочным занятиям по мини-футболу. Гребнева. infourok.ru
3. Методическая разработка занятия по мини -футболу. Автор: Сергеев Е. В. [nshi.zu8.ru>faylovyy_arhiv/finish/29/88](http://nshi.zu8.ru/faylovyy_arhiv/finish/29/88)