Управление образования
Администрации Гурьевского муниципального округа
муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества» города Салаира

Принята на заседании
педагогического совета
от « 31.08 » 2023 г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУ ДО
«ДДТ» г. Салаира
Козлова Е. В._____
от 31.08.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Большой футбол для самых маленьких»

Возраст детей: 5 -7 лет
Срок реализации: 2 года

Разработчик:
Куланов В.В.
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «ДДТ» г. Салаира

Гурьевский муниципальный округ

2023

Разработчик: Крутакова Т.А. – педагог дополнительного образования МБУ ДО «Дом детского творчества» города Салаира.

Крутакова Т.А. «Большой футбол для самых маленьких» [Текст]: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа / В.В. Куланов - Гурьевский муниципальный округ: МБУ ДО «ДДТ» города Салаира, 2024. - 36 с.

Рецензенты:

Гавриленко Л.И. -методист МБУ ДО «Дом детского творчества» города Салаира.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Большой футбол для самых маленьких» физкультурно-спортивной направленности, предназначена для работы с детьми в возрасте 5-7 лет, проявляющими интерес к физической культуре и спорту, для углубленного изучения вида спорта футбол.

Программа адресована педагогам дополнительного образования.

Содержание

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка …….…….…….…4

1.2. Цель и задачи программы …….……..……..……..7

1.3. Содержание программы первого года обучения……...9

1.4. Планируемые результаты первого года обучения …….…….….20

1.5. Содержание программы второго года обучения…….….21

1.6. Планируемые результаты второго года обучения……...28

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график..……...……..29

2.2. Условия реализации программы …….....30

2.3. Формы аттестации ……..…….....31

2.4. Оценочные материалы ..…….…….32

2.5. Методические материалы ……..……..34

2.6. Список литературы для учащихся…..……..……..…36

2.7. Список литературы для педагога…….....36

Раздел I. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Предлагаемая программа по футболу имеет физкультурно-спортивную направленность, предназначена для работы с детьми 5-7 лет, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Большой футбол для самых маленьких» разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

– Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022г. № 678-р);

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи».

– **Приказ** Министерства просвещения Российской Федерации **от 09.11.2018 №196** "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Министерство образования и науки России Федеральное государственное автономное учреждение «Федеральный институт развития образования») легли в основу разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы;

Положение о структуре, порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ МБУ

ДО «Дом детского творчества» г. Салаира, утверждённым приказом директора № 17 от 09.09.2017г

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, в том числе во внеурочное время. Вот почему наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время футбол занимает видное место. Развивает двигательную активность, улучшает сердечно - сосудистую и дыхательную систему, укрепление иммунной системы организма.

Педагогическая целесообразность

Программа «Большой футбол для самых маленьких» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом, создают неограниченные возможности для развития. прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения

двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование представлений о виде спорта - футбол, его возникновении, развитии и правилах соревнований;
- формирование знаний о закаливающих процедурах и укреплении здоровья;
- формирование определённых игровых наклонностей юных футболистов (с учётом желания самого спортсмена выполнять функции вратаря, защитника, полузащитника или нападающего);

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

-воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Программа рассчитана для детей 5-7 лет.

Форма занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная**.**

Режим занятий: 2 раза в неделю, по 1 часа.

Методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.

- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.

- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Ожидаемые результаты:

- историю зарождения футбола.

- правила ведения счета в футболе;

- значение разминки, утренней зарядки, режима дня, дыхательных упражнений;

- спортивную терминологию;

- правила поведения и технику безопасности на спортивной площадке;

вести мяч ногой произвольно любым способом (правой, левой), по извилистой линии, по коридору, между предметами, обводя их

- выполнять удары по мячу с места, с разбега, с попаданием в цель, останавливать (принимать) мяч во время передачи.

1.3. Содержание программы

учебный план первого года обучения образовательного компонента «Футбол»

	Наименование разделов и тем	**Количество часов**			**Форма контроля**
		теория	**практика**		
	Раздел 1. «…Введение в образовательную программу. **теоретическая подготовка**				
1	Физическая культура и спорт в России. Краткий обзор развития футбола в России за рубежом. Показ основных техник футбола. Техника безопасности.	1	1		Опрос, собеседование. Тест - задания, игровые–соревнования с мячом.
2	Краткие сведения о функциональных органах и системах организма, влияние физических упражнений на организм человека. Гигиена, закаливание, режим питания. Разучивание физических упражнений	1	1		Опрос. Показ физупражнений

5	Оборудование и инвентарь	1	1	
	Всего часов	3	3	
	Всего по разделу	6		
	Раздел 2. «Основы техники и тактики игры футбол**»** **Общая физическая подготовка**			
1	Выносливость	1	6	Тестирование. Выполнения контролных упражнений
2	Силовые способности	1	5	
3	Быстрота	1	5	
4	Гибкость	1	5	
5	Ловкость	1	4	
	Всего часов	5	25	
	Всего по теме	30		
	Техническая подготовка			
6	Техника защиты	1	3	Наблюдения, тестирование Выполнения контролных упражнений
7	Техника нападения	1	3	
	Всего часов	2	6	
	Всего по теме	8		
	Тактическая подготовка			
8	Тактика защиты	1	3	Наблюдения.

9	Тактика нападения	1	3	Выполнения контролных упражнений
	Всего часов	2	6	
	Всего по теме	8		
	Игровая подготовка			
1	Учебная игра	1	3	Наблюдения Игровая практика.
2	Спортивные игры	1	1	
	Всего часов	2	4	
	Всего по теме	6		
	Итого по разделу			
	Раздел 3. «**…**Контрольные игры и соревнования»			
1	Инструкторская практика	практика 4		Игровая практика.
2	**Соревнования**	практика 10		Игровая практика.
	Всего по теме	14		
	Всего часов	14	58	
	Итого часов	72		

№	Содержание материала	период				
		Всего в	Осень	Зима	Весна	Лето
	Основы знаний по футболу	В процессе занятий				

1.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	**20**	5	5	5	5
2	Техника ударов по мячу и остановок мяча	**15**	5	4	5	1
3	Техника ведения мяча	**15**	5	4	4	2
4	Техника защитных действий	**10**	2	1	4	3
5	Тактика и техника игры	**10**	2	-	4	4
6	Соревнования, правила соревнований	**2**	1	-	-	1
	ВСЕГО	**72**	**20**	**14**	**22**	**16**

Содержание учебного плана образовательного компонента «Большой футбол для самых маленьких»

Раздел 1. Основы знаний по футболу.

Тема 1. Вводное Занятие.

Теория. История игры футбол, все о футболе

Практика. Опрос, собеседование, тест - задания,

Раздел 2. Гигиенические знания и навыки. Закаливание.

Тема 2. составления личного распорядка дня и режима питания.

Теория. тестирование

Практика. Игры с заданиями.

Тема 3. Диагностика.

Теория. Тестирование.

Практика. Наблюдение.

Тема 4. Правила игры в футбол.

Теория. Тестирование

Практика. Наблюдение, Игры с заданиями, упражнения

Тема 5. Общая и специальная подготовка.

Теория. Тестирование**.**

Практика. Наблюдение, упражнения с специальными заданиями.

Раздел 3. Техника игры в футбол.

Тема 6. Тактика игры в футбол.

Теория. Тестирование

Практика. Игровая практика.

Тема 6. Соревнования

Теория. Тестирование

Практика. Игровая практика

Развитие футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

- Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

- Строение и функции организма человека:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

- Профилактика травматизма при занятиях футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон,

работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

II раздел. Составления личного распорядка дня и режима питания.

- составления личного распорядка дня и режима питания.
- обтирание, обливание и ножные ванны, как гигиенические и закаливающие процедуры.

III раздел. Техника игры в футбол.

- анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.
- техника передвижения- бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным шагом; повороты во время бега налево и направо.
- удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега.
- удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному мячу.
- остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающего мяча - на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для поступающих действий.
- ведение мяча внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочерёдно.

-обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: во-время ведение внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.

- отбор мяча. Перехват мяча - быстрый выход на мяч с целью определить соперника, которому адресована передача мяча.

- вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе и шага.

- техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.

Техническая подготовка.

Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, 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 опорной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков; ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота в ногу партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящего и опускающего 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 следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча. Ведение внутренней и внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой по прямой и по кругу, а также меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо и влево). Обманные движения, уход выпадом и перенос ноги через мяч. Финты ударом ногой с убиранием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропусканием мяча». Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тактика игры вратаря: Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом, скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону вратаря на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в ворота мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего мяча и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места, на месте. Ловля летящего в сторону на уровне живота. Груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной и двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Бросок мяча ногой: с земли 9 по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушпагат и шпагат) и в подкате.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

*Тактика защиты***.**

Индивидуальные действия: правильно выбирать позицию по отношении опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар по мячу или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Тактика вратаря. Уметь выбрать позицию в воротах при различных ударах в зависимости от « угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот

***Для полевых игроков*:**

1. Бег 30м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Учитель на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а на финише – время бега.

2. Бег 5х30 с ведением мяча выполняется так же, как и бег на 30 м с мячом. Все старты – с места. Время на возвращения на старт – 25 сек. В случае нарушения правил прохождения отрезка футболист возвращается на старт (за счет 25 сек) и упражнение повторяется. Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по коридору шириной 10 м.

3. Для удара каждой ногой даются три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

4. Вбрасывание мяча на дальность выполняется в соответствии с правилами игры в футбол по коридору шириной 2 м. Мяч, упавший за пределами коридора, не засчитывается. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

По технической подготовке:

1. Удары по воротам на точность выполняется по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 10 м .

2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10м от штрафной площади, а через каждые 2 м ставятся еще три стойки), и, не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не будет забит в ворота, упражнения не засчитывается. Даются три попытки, учитывается лучший результат.

3. Жонглирование мячом – выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

Для вратарей:

1. Доставание подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке – выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой.

Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой вытянутой руки (кисть сжата в кулак). На каждую высоту дается три попытки. Учитывается лучший результат.

2. Удар по мячу ногой с рук на дальность (разбег не более четырех шагов) – выполняется с разбега, не выходя из пределов штрафной площади. По коридору шириной в 10 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается лучший результат.

3. Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов) выполняется по коридору ширенной 3 м.

1.4. Планируемые результаты первого года обучения

К концу года обучения, учащиеся должны:

Знать:

1) историю зарождения футбола.

2) правила ведения счета в футболе;

3) значение разминки, утренней зарядки, режима дня, дыхательных упражнений;

4) спортивную терминологию;

5) правила поведения и технику безопасности на спортивной площадке;

6)вести мяч ногой произвольно любым способом (правой, левой), по извилистой линии, по коридору, между предметами, обводя их

7) выполнять удары по мячу с места, с разбега, с попаданием в цель, останавливать (принимать) мяч во время передачи.

Учащиеся должны уметь:

1) выполнять задания по физической подготовке в соответствии с возрастом;

2) владеть тактико-техническими приемами футбола;

3) уметь правильно вести мяч;

4) уметь играть в команде.

1.5. Содержание программы

учебный план второго года обучения образовательного компонента «Футбол»

	Наименование разделов и тем	**Количество часов**			**Форма контроля**
		теория	**практика**		
	Раздел 1. «…Введение в образовательную программу. **теоретическая подготовка**				
1	Физическая культура и спорт в России. Краткий обзор развития футбола в России за рубежом. Показ основных техник футбола. Техника безопасности.	1	1		Опрос, собеседование. Тест - задания, игровые–соревнования с мячом.
2	Краткие сведения о функциональных органах и системах организма, влияние физических упражнений на организм человека. Гигиена, закаливание, режим питания. Разучивание физических	1	1		Опрос. Показ физупражнений

	упражнений			
5	Оборудование и инвентарь	1	1	
	Всего часов	3	3	
	Всего по разделу	6		
	Раздел 2. «Основы техники и тактики игры футбол**»** **Общая физическая подготовка**			
1	Выносливость	1	6	Тестирование. Выполнения контролных упражнений
2	Силовые способности	1	5	
3	Быстрота	1	5	
4	Гибкость	1	5	
5	Ловкость	1	4	
	Всего часов	5	25	
	Всего по теме	30		
	Техническая подготовка			
6	Техника защиты	1	3	Наблюдения, тестирование Выполнения контролных упражнений
7	Техника нападения	1	3	
	Всего часов	2	6	
	Всего по теме	8		
	Тактическая подготовка			

8	Тактика защиты	1	3	Наблюдения. Выполнения контролных упражнений
9	Тактика нападения	1	3	
	Всего часов	2	6	
	Всего по теме	8		
	Игровая подготовка			
1	Учебная игра	1	3	Наблюдения Игровая практика.
2	Спортивные игры	1	1	
	Всего часов	2	4	
	Всего по теме	6		
	Итого по разделу			
	Раздел 3. «…Контрольные игры и соревнования»			
1	Инструкторская практика	практика 4		Игровая практика.
2	**Соревнования**	практика 10		Игровая практика.
	Всего по теме	14		
	Всего часов	14	58	
	Итого часов	72		

№	Содержание материала	период				
		Всего в	Осень	Зима	Весна	Лето
	Основы знаний по футболу	В процессе занятий				

1.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	**20**	5	5	5	5
2	Техника ударов по мячу и остановок мяча	**15**	5	4	5	1
3	Техника ведения мяча	**15**	5	4	4	2
4	Техника защитных действий	**10**	2	1	4	3
5	Тактика и техника игры	**10**	2	-	4	4
6	Соревнования, правила соревнований	**2**	1	-	-	1
	ВСЕГО	**72**	**20**	**14**	**22**	**16**

Содержание учебного плана образовательного компонента «Большой футбол для самых маленьких»

Раздел 1. Физическая культура и спорт в России, изучение различных видов футбола.

Тема 1. Сдача нормативов

Теория. История игры футбол, все о футболе.

Практика. Опрос, собеседование, тест - задания,

Раздел 2. Гигиенические знания и навыки. Закаливание.

Тема 2. составления личного распорядка дня и режима питания**.**

Теория. тестирование

Практика. Игры с заданиями**.**

Тема 3. Диагностика.

Теория. Тестирование**.**

Практика. Наблюдение**.**

Тема 4. Правила игры в футбол.

Теория. Тестирование

Практика. Наблюдение, Игры с заданиями, упражнения

Тема 5. Общая и специальная подготовка.

Теория. Тестирование.

Практика. Наблюдение, упражнения с специальными заданиями.

Раздел 3. Техника игры в футбол.

Тема 6. Тактика игры в футбол.

Теория. Тестирование

Практика. Игровая практика.

Тема 6. Соревнования

Теория. Тестирование

Практика. Игровая практика

Раздел 1. Физическая культура и спорт в России, изучение различных видов футбола.

Есть несколько современных разновидностей этой игры, среди них: стандартный футбол, регби-футбол, гэльский футбол, австралийский футбол, американский футбол, канадский футбол, лело бурти, кальчо, пляжный футбол, футзал (AMF), футзал (FIFA) или мини-футбол, микрофутзал, футбол 8х8, 7х7, 6х6, 5х5, шоубол, дворовый футбол, болотный футбол, футбольный фристайл, рашбол, трёхсторонний футбол, футдаблбол, футбол в шарах.

- Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

II раздел. Составления личного распорядка дня и режима питания.

- составления личного распорядка дня и режима питания.

- обтирание, обливание и ножные ванны, как гигиенические и закаливающие процедуры.

III раздел. Техника игры в футбол.

- анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.

- техника передвижения- бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным шагом; повороты во время бега налево и направо.

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

- удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному мячу.

- остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающего мяча - на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для поступающих действий.

- ведение мяча внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочерёдно.

-обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: во-время ведение внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.

- отбор мяча. Перехват мяча - быстрый выход на мяч с целью определить соперника, которому адресована передача мяча.

- вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе и шага.

- техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.

Групповые действия. Противодействие комбинаций «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Групповые действия: взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно о своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую и среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Для вратарей:

1. Доставание подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой.

Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой вытянутой руки (кисть сжата в кулак). На каждую высоту дается три попытки. Учитывается лучший результат.

2. Удар по мячу ногой с рук на дальность (разбег не более четырех шагов) – выполняется с разбега, не выходя из пределов штрафной площади. По коридору шириной в 10 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается лучший результат.

3. Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов) выполняется по коридору ширенной 3 м.

1.6. Планируемые результаты второго года обучения

К концу года обучения, учащиеся должны:

Знать:

1) историю футбола России и знать отличия между разновидностями футбола.

2) правила ведения счета в футболе;

3) значение разминки, утренней зарядки, режима дня, дыхательных упражнений;

4) спортивную терминологию;

5) правила поведения и технику безопасности на спортивной площадке;

6)вести мяч ногой произвольно любым способом (правой, левой), по извилистой линии, по коридору, между предметами, обводя их

7) выполнять удары по мячу с места, с разбега, с попаданием в цель, останавливать (принимать) мяч во время передачи.

Учащиеся должны уметь:

1) выполнять задания по физической подготовке в соответствии с возрастом;

2) владеть тактико-техническими приемами футбола;

3) уметь правильно вести мяч;

4) уметь играть в команде.

5) правильно бить по воротам

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года на первый и второй год обучения	**216 дней**
Даты начала и окончания учебных периодов:	14. 09. 2024г. по 31. 05.2025 г. (1 год обучения) 01.09.2024г. (2 год обучения)

Количество учебных недель	36
Режим работы: первый и второй год обучения	2 раза в неделю по 1 часа
Выходные дни Праздничные дни	Воскресение. Установленные законодательством Российской Федерации.
Продолжительность: Каникулы зимних	10 дней 01.01.2025г. по 11.01.2025г,
Продолжительность летних каникул -	92 дня– (01. 06. 2025 г. – 31. 08. 2025г.)

В каникулярное время учебные группы работают по расписанию, утвержденному директором, дополнительно организуются досуговые мероприятия по плану воспитательной работы.

2.2 Условия реализации программы

Материальное оснащение:

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;
- мячи футбольные (12-15 шт);
- футбольные мини – ворота;
- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);
- мячи для метания;

- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;

свисток, фишки, стойки, обручи, спортивная форма, разметка в поле

- технические средства обучения для теоретических занятий (показ видеофильмов и д.р.)

2.3. Формы аттестации

- Опрос учащихся по пройденному материалу.
- Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований.
- Мониторинг результатов по окончанию обучения.
- Контроль соблюдения техники безопасности.
- Привлечение учащихся к судейству соревнований разного уровня.
- Контрольные игры с заданиями.
- Выполнение контрольных упражнений.
- Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.

- Результаты соревнований.

2.4. Оценочные материалы

Разработаны тестовые, конрольные материалы для проверки уровня освоения программного материала, материалы для проведения стартовой и итоговой диагностики, рейтинг участия в различного рода соревнований.

Для выявления динамики качества усвоения программного материала каждым ребенком предусматриваются следующие формы контроля:

– Стартовый – определение исходных знаний учащихся. Может проводится в виде собеседования, тестирования.

– Текущий - контроль за правильностью, полнотой и последовательностью выполнения этапов работы. Осуществляется педагогом по результатам выполнения учащимися практических заданий.

– Итоговый – определение объема и качества полученных учащимися знаний. Может проводится в виде творческого проекта, презентации работ, контрольного тестирования.

Самооценка и самоконтроль – определение учащимися границ своего «знания – незнания», «умения – неумения». Осуществляется учащимися самостоятельно по всем видам контроля.

Для оценки эффективности освоения программного материала (текущий контроль) используются следующие показатели:

– самостоятельность при выполнении заданий: чем помощь педагога меньше, тем выше самостоятельность учащихся, и, следовательно, выше развивающий эффект занятий;

– активность учащихся на занятии: активное поведение учащихся на занятиях, заинтересованность, любопытство обеспечивают положительные результаты занятий;

– практическое использование полученных результатов: участие в конкурсах, викторинах, в научно - практических конференциях.

– Данные показатели определяются по уровням проявления:

– Высокий уровень – показатель четко выражен;

– Средний уровень – показатель неустойчивый, выражен не в полной мере;

– Низкий уровень – показатель не выражен или выражен слабо.

Уровни проявления показателей определяются педагогом на основе наблюдений и самостоятельно учащимися. Затем вносятся в индивидуальный лист оценки эффективности освоения программного материала (Приложение 1, 2).

2.5. Методические материалы

При проведении программы используются следующие методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Формы подведения итогов.

- соревнования;

- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях города, района и школы.

В случае наличия нескольких групп в рамках одного учреждения дополнительного образования проводятся соревнования между группами. На первом году обучения основной формой подведения итогов является сдача нормативов, эстафеты с элементами футбола.

- репродуктивный (повторный),
- словесный,
- отработка техники,
- соревновательный.

Основное внимание базовой части программы уделяется развитию разнообразных координационных, скоростных способностей и выносливости, а также овладения школой движений, формирование знаний об основах физической культурой, спорта, здоровом образе жизни.

Большое внимание уделяется воспитанию у детей дисциплинированности, доброжелательности, честности, отзывчивости, смелости, а так же содействовать развитию психических процессов (представлению, памяти, внимания и др.)

Особое внимание уделяется всестороннему развитию таких координационных способностей, как точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесия, согласование движении, ритм, ориентирование в пространстве, а также скоростных способностей (реакция и частота движений), скоростно-силовых и выносливости к умеренным нагрузкам.

Теоретические знания по разделам программы даются в ходе практических знаний и носят консультативный характер.

Занятия проводятся в форме круговых, силовых тренировок, конкурсов, эстафет, соревнований.

Дидактический материал подбирается педагогом к каждому занятию индивидуально, в соответствии с программой. Возможен просмотр записей футбольных матчей, для анализа просмотренных игр.

По каждой теме или разделу подводятся итоги в форме эстафет и соревнований.

2.7. Список литературы для педагога

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе [Текст]: учеб.пособие / С.Н. Андреев., Э.Г. Алиев. - Москва: Советский спорт 2006 г. - 224
2. Губа В. П. Теория и методика мини-футбола (футзала) [Текст]: учеб.пособие / В.П. Губа. – Москва: Спорт, 2016 г. – 201 с.
3. Дезор М. «Футбол» [Текст]: учеб.пособие/ (Уроки спорта). - М. «АСТ», 2006г.

4. Майер Р. Силовые тренировки в футболе [Текст]: учеб.пособие / Р. Майер. – Москва: Спорт, 2016 г. – 128 с.

Список литературы для учащихся

1.Кук М. «Сто одно упражнение для юных футболистов» [Текст] / М. Кук Москва: Астрель, 2001 г. – 128 с.