

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ЮБИЛЕЙНАЯ»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР**

**350089, Российская Федерация, Краснодарский край, г. Краснодар,  
ул. им. 70-летия Октября, 30 тел. 8-(861)261-47-80**

**ПРИНЯТА**

на заседании педагогического совета  
МБОУ ДО СШ «Юбилейная»  
от «12» июня 2020 года  
протокол № 3

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом МБОУ ДО СШ «Юбилейная»  
от 12 июня 2020 года  
№ 39-П

 Тюрин М.А.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ПО ВИДУ СПОРТА  
ФУТБОЛ  
(СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ)**

**Уровень программы: базовый**

**Срок реализации – 1 год: 230 часов**

**Возрастная категория: – 6-18 лет**

**Форма обучения: очная**

**Вид программы: модифицированная**

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**ID – номер Программы в Навигаторе: 1984**

**Авторы программы:**

Гарбуз Елена Николаевна – заместитель директора по спортивной работе МБОУ ДО СШ «Юбилейная»,

Григорьев Владимир Сергеевич – методист МБОУ ДО СШ «Юбилейная»,

Галкин Дмитрий Иванович – тренер-преподаватель МБОУ ДО СШ «Юбилейная»,

Карпов Сергей Владимирович – методист МБОУ ДО СШ «Юбилейная».

г. Краснодар, 2020

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	4
2. Учебный план .....	5
3. Методическая часть .....	6
3.1 Методы организации и проведения образовательного процесс.....	9
3.2 Разделы подготовки .....	10
4. Формы контроля реализации дополнительной образовательной программы.....	16
4.1. Оценочные материалы (контрольные упражнения) .....	16
5. Литература.....	17

## 1. Пояснительная записка

Футбол — больше, чем игра! Самый массовый, самый зрелищный, самый игровой из всех игровых видов спорта. Футбол можно использовать в общеобразовательной школе, как часть программы по физической культуре, футбол преподаётся в спортивных школах и готовят технически, тактически грамотных игроков. В футбол играют в командах мастеров, где футбол- это профессия человека. Есть футбол мужской и женский, это говорит о том, что футбол интересен всем! В футбол начинают играть дети с 7 лет и можно играть до зрелого возраста.

Программа по своей направленности является физкультурно-спортивной и по содержанию отличается от примерных и типовых программ тем, что на этапе отбора детей формируются спортивно-оздоровительные группы, где дети занимаются общеразвивающими, беговыми упражнениями, изучают подвижные игры и основы владения мячом и элементы футбольной игры.

Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

Учебные занятия в образовательной организации (далее - СШ) проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 46 недель непосредственно в условиях спортивной школы

В каникулярное время СШ может открывать в установленном порядке лагеря, создавать различные объединения с постоянными и (или) переменными составами детей в лагерях (загородных или с дневным пребыванием).

### **Актуальность и новизна программы**

Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка.

Успешность обучению футболу детей прежде всего обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Возрастные, половые и индивидуальные различия ребёнка являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов техники футбола.

Отличительной особенностью данной программы является содержание в ней двух независимых модулей:

- Спортивно-оздоровительный,
- Интенсивный

Адресатом программы являются преимущественно дети младшего школьного возраста, имеющие выраженные двигательные способности и обладающие интересом к активной игровой деятельности.

К освоению дополнительной общеобразовательной программы допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования, предоставившие справку-допуск врача по спортивной медицине (или врач ЛФК) по результатам прохождения углубленного медицинского обследования для лиц желающих заниматься физической культурой и спортом в образовательной организации.

**Цель программы** - формирование и развитие творческих способностей детей и (или), удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также организация их свободного времени.

**Задачи программы:**

1. Создание условий для развития личности.
2. Получение начальных знаний о физической культуре и избранном виде спорта
3. Развитие мотивации юного футболиста к познанию и творчеству.
4. Обеспечение эмоционального благополучия.
5. Укрепление психологического и физического здоровья.

Образовательная программа имеет срок реализации - 1 год. Объем образовательной программы составляет 230 часов, которые распределены между двумя модулями:

- **Спортивно - оздоровительный (до 80% общего объема программы),**
- **Интенсивный ( до 20% общего объема программы)**

Программа реализуется преимущественно в очной форме (тренировочные занятия) в соответствии с утвержденным расписанием занятий. Особенностью организации образовательного процесса в современных условиях является возможность использования при реализации программы электронного обучения и дистанционных образовательных технологий при наличии технической возможности обеих сторон образовательного процесса.

Организация работы по программе осуществляются в виде группового тренировочного занятия в очной форме, либо самостоятельного изучения материала (план-конспект занятия, видео-тренировка, онлайн-занятие и т.п.) с применением дистанционных образовательных технологий, во взаимодействии с тренером-преподавателем.

**Наполняемость учебных групп и режим тренировочной работы**

**Таблица 1**

Периоды обучения	Минимальный возраст зачисления	Минимальная наполняемость групп (чел.)	Максимальный количественный состав групп (чел.)	Максимальный объём учебно-тренировочной нагрузки (час./нед.)	Спортивно-технические результаты
1 год	6-7	10-12	30	5	Выполнение контрольных нормативов

**2. Учебный план**

**Учебный план на 46 недель (230 часов) состоящий из 2-х модулей (Спортивно – оздоровительный -34 недели и**

Интенсивный – 12 недель)

Таблица 2

п/п	Разделы подготовки	Модуль	Кол-во часов в год по модулям		Распределение в периоде обучения
1.	<b>Теоретическая подготовка</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	6	9	
		<i>Интенсивный</i>	3		
2.	<b>Общая физическая подготовка</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	25	35	
		<i>Интенсивный</i>	10		
3.	<b>Специальная физическая подготовка (СФП)</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	40	50	
		<i>Интенсивный</i>	10		
4.	<b>Техническая подготовка</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	24	34	
		<i>Интенсивный</i>	10		
5.	<b>Тактическая подготовка</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	16	26	
		<i>Интенсивный</i>	10		
7.	<b>Игровая подготовка</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	25	35	
		<i>Интенсивный</i>	10		
8.	<b>Интегральная подготовка</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	20	23	
		<i>Интенсивный</i>	3		
9.	<b>Восстановительные мероприятия</b>	<i>Спортивно - оздоровительный</i>	10	14	
		<i>Интенсивный</i>	4		
<b>Контрольные испытания</b>		<i>Спортивно - оздоровительный</i>	4	4	
		<i>Интенсивный</i>	0(4)		
<b>Общее количество часов в модуле</b>		<b>Спортивно - оздоровительный</b>	<b>170(166)</b>		
		<b>Интенсивный</b>	<b>60(64)</b>		
<b>ВСЕГО количество часов</b>			<b>230</b>		

3. Методическая часть

Календарный учебный график

Таблица 3

Учебная неделя	Раздел учебного плана	Время проведения занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения
<b>1-ый Модуль</b>					
1	Теория(1) ОФП(2) Игровая под-ка(2)	<b>По утвержденному расписанию</b>	5	Очная/ дистанционная	
2	Теория(1) ОФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
3	Теория(1) ОФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
4	Теория(1) ОФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
5	Теория(1) ОФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
6	Теория(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
7	ОФП(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
8	ОФП(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
9	ОФП(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
10	ОФП(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
11	ОФП(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
12	ОФП(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
13	ОФП(1) СФП(2) Техническая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
14	ОФП(1) СФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
15	ОФП(1) СФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
16	ОФП(1) СФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
17	ОФП(1) СФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
18	ОФП(1) СФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	

19	ОФП(1) СФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
20	ОФП(1) СФП(2) Игровая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
21	ОФП(1) СФП(2) Восстановительные мер-я (2)		5	Очная/ дистанционная	
22	СФП(2) Восстановительные мер-я(2) Тактическая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
23	СФП(2) Восстановительные мер-я(2) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
24	СФП(2) Восстановительные мер-я(2) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
25	СФП(2) Интегральная под-ка(3)		5	Очная/ дистанционная	
26	Интегральная под-ка(3) Тактическая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
27	Интегральная под-ка(2) Тактическая под-ка(3)		5	Очная/ дистанционная	
28	Интегральная под-ка(2) Тактическая под-ка(2) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
29	Интегральная под-ка(2) Тактическая под-ка(2) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
30	Интегральная под-ка(2) Тактическая под-ка(2) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
31	Интегральная под-ка(2) Тактическая под-ка(2) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
32	Интегральная под-ка(2) Тактическая под-ка(2) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
33	Интегральная под-ка(2) Восстановительные мер-я(2) Игровая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
34	Контрольные испытания(4) Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
<b>2-й Модуль</b>					
35	Теория(1) Интегральная под-ка(2) СФП(2)	<b>По утвержденному расписанию</b>	5	Очная/ дистанционная	
36	Теория(2) Интегральная под-ка(1) Тактическая под-ка(2)		5	Очная/ дистанционная	
37	ОФП(2), Игровая под-ка(2), Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
38	ОФП(2), Игровая под-ка(2), Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
39	ОФП(2), Игровая под-ка(2), Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
40	ОФП(2),		5	Очная/	

	Игровая под-ка(2) , Техническая под-ка(1)			дистанционная	
41	ОФП(2), Игровая под-ка(2) , Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
42	СФП(2), Тактическая под-ка(2) , Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
43	СФП(2), Тактическая под-ка(2) , Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
44	СФП(2), Тактическая под-ка(2) , Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
45	СФП(2), Тактическая под-ка(2) , Техническая под-ка(1)		5	Очная/ дистанционная	
46	Техническая под-ка(1) Восстановительные мер-ия(4)		5	Очная/ дистанционная	

Раздел программы - Контрольные испытания или его часть, может быть реализован как по итогам всей программы, так и по результатам обучения одного из модулей.

Структура данного календарного учебного графика является примерной, а имеющиеся в ней модули могут реализовываться в разной последовательности в зависимости от уровня подготовки обучающихся и их способностей к освоению учебного материала.

### **3.1.Методы организации и проведения образовательного процесса**

**Словесные методы:**

1. Описание
2. Объяснение



3. Рассказ
4. Разбор
5. Указание
6. Команды и распоряжения
7. Подсчёт

#### **Наглядные методы:**

1. Показ упражнений и техники футбольных приёмов
2. Использование учебных наглядных пособий
3. Видеofilмы, DVD, слайды
4. Жестикуляции

#### **Практические методы:**

1. Метод упражнений
2. Метод разучивания по частям
3. Метод разучивания в целом
4. Соревновательный метод
5. Игровой метод
6. Непосредственная помощь тренера-преподавателя.

#### **Основные средства обучения:**

1. Упражнения для изучения техники, тактики футбола
2. Общефизические упражнения
3. Специальные физические упражнения
4. Игровая практика.

Упражнения каждой группы отличаются по специфике воздействия и результате применения для решения конкретных задач этапа обучения.

Соотношение упражнений каждой группы на разных этапах обучения различно и зависит от стоящих на данном этапе задач.

Поскольку к средствам физического воспитания помимо физических упражнений относятся естественные силы природы, гигиенические факторы, то выполнение физических упражнений в процессе обучения футболу неотделимо от комплексного гигиенического воздействия на занимающихся условий «открытого воздуха» и естественных сил природы. Таким образом, футбол по остроте биологического воздействия на организм обучающегося является уникальным видом физических упражнений.

### **3.2. Разделы подготовки**

#### **Теоретическая подготовка**

Тема 1. Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по футболу. Международные связи Российских спортсменов. Олимпийские игры. Российские спортсмены на Олимпийских играх. Развитие футбола в России и за рубежом.

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: Чемпионаты и Кубки России.

Тема 2. Сведения о строении и функциях организма человека.

Опорно-двигательный аппарат. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние физических упражнений на организм ребёнка. Влияние физических упражнений на дыхательную систему, кровообращение, укрепление здоровья. Развитие физических способностей и достижение высоких спортивных результатов.

Тема 3. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим дня и питание спортсмена.

Гигиена. Личная гигиена, уход за кожей головы, тела, ног. Гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна. Режим дня и гигиена юного футболиста. Закаливание, роль закаливания для повышения работоспособности организма. Использование естественных сил природы (солнце, воздух и вода) для закаливания.

Тема 4. Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.

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

Тема 5. Морально-волевой облик спортсмена.

Мышечная деятельность. Тренировка как процесс формирования двигательных навыков. Утомление и причины. Нагрузка и отдых. Восстановление физиологических функций. Общая и специальная физическая подготовка (ОФП и СФП).

Влияние физических упражнений на функции организма человека. Краткая характеристика средств и методов ОФП и СФП

6. Понятия спортивной техники и тактики. Классификация и терминология технических приёмов. Техника владения мячом- основы спортивного мастерства футболиста.

Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении (атакующие комбинации флангом и центром). Тактика игры в защите (зонная, персональная опека, комбинированная оборона). спортивной тренировки.

Тема 7. Правила игры. Организация и проведение соревнований.

8. Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана. Обязанности судей, способы судейства. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Система розыгрыша: круговая, в выбывании, смешанная. Положение о соревнованиях. Заявки, их форма и оформление, представление заявок. Назначение судей. Место занятий, оборудование и инвентарь.

Футбольное поле для проведения занятий и тренировок, требования к его состоянию. Тренировочный городок. Подсобное оборудование: щиты, стойки для обводки, кольца-мишени и их применение.

## **Общая физическая подготовка**

### **Упражнения для развития силы:**

- Силы мышц рук
- Силы мышц ног
- Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)
- Развитие силовой выносливости

### **Упражнения для развития быстроты:**

- ОРУ для развития быстроты
- Упражнения для разгибателей туловища
- Упражнения для разгибателей ног
- Упражнения общего воздействия

### **Упражнения для развития гибкости:**

- Гибкости плечевого сустава
- Гибкости спины
- Гибкости ног ( тазобедренный ,коленный, голеностопный суставы)

### **Упражнения для развития ловкости:**

Главным условием развития ловкости является приобретение большого запаса двигательных навыков и умений.

#### 1. Упражнения с предметом

- С набивными мячами
- Упражнения с гантелями и штангами

#### 2. Акробатические упражнения

- Кувырки
- Перекаты, перевороты
- Упражнения на батуте

#### 3. Беговые упражнения

- Бег (30,60,100,400,500, 800м)
- Баскетбол
- Волейбол - ручной мяч

#### 4. Подвижные игры и эстафеты.

## **Технико- тактическая подготовка и специальная физическая подготовка**

### **Техника передвижений:**

- Удары по мячу ногой;
- Удары по мячу головой;
- Остановка мяча;
- Ведение мяча;
- Обманные движения (финты);
- Отбор мяча;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии;
- Техника игры вратаря;

- Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча;
- Индивидуальные действия с мячом;
- Групповые действия;

Тактика защиты:

- Индивидуальные действия ;
- Групповые действия;
- Тактика вратаря;
- Ведение учебных игр по избранной тактической системе.

**Восстановительные мероприятия и медицинское обслуживание:**

Одним из важнейших условий интенсификации тренировочного процесса и дальнейшего повышения спортивной работоспособности является широкое и систематическое использование восстановительных средств. Вместе с тем утомление в трудовой и спортивной деятельности нельзя рассматривать как всегда вредное и нежелательное явление. Оно является важнейшей предпосылкой роста работоспособности. Постоянное чередование утомления и восстановления составляет физиологическую основу повышения работоспособности спортсмена.

Восстановление спортивной работоспособности - неотъемлемая часть тренировочного процесса, не менее важная, чем сама спортивная тренировка. В настоящее время всё многообразие средств и методов восстановительных мероприятий можно разделить на три группы:

**1. Педагогические средства восстановления:**

- варьирование интервалов отдыха между выполнением отдельных заданий, соревнований,
- варьирование планирования нагрузок в рамках отдельного занятия, недельного, месячного, годового циклов,
- использование различных сочетаний упражнений активного отдыха и тренировок,
- переключение с одних упражнений на другие,
- рациональная организация всего режима дня в целом,

**2. Психологические средства восстановления:**

- аутогенная тренировка,
- психорегулирующая тренировка,
- применение мышечной релаксации,
- разнообразные виды досуга.
- просмотр кинофильмов, прослушивание музыки.

**3. Медико-биологические средства восстановления:**

- рациональное питание,
- витаминизация,
- разнообразные виды массажа,
- разнообразные виды гидропроцедур,
- физиотерапия,
- ультрафиолетовое облучение.

## Воспитательная работа

Имеется ряд причин, обязывающих тренера серьёзно и целенаправленно заниматься воспитательной работой.

Воспитание является обязанностью человека, избравшего педагогическую профессию тренера. Тренер полностью в ответе за будущее своих воспитанников. Огромна притягательная сила спорта. Молодые люди способны увлечься этой деятельностью настолько, что она на некоторое время может заслонить от них остальные стороны жизни, учёбу, подготовку к труду, обязанности перед близкими. В этих условиях авторитет тренера необычайно высок и выходит далеко за рамки спортивной деятельности, распространяясь на самый широкий круг вопросов.

Спортивная деятельность обладает очень большими воспитательными возможностями. Она моделирует в игровом, а значит в несколько условном виде самые сложные жизненные ситуации и поэтому содержит в себе в потенциальном виде возможность решения любых воспитательных задач.

Как показывает спортивная практика, с первых дней в работе с новичками тренер должен серьёзное внимание уделять вопросам нравственного воспитания.

Воспитание является процессом целенаправленным, планомерным, систематическим и непрерывно осуществляемым для всестороннего развития личности юных спортсменов. Этот процесс должен строиться на чёткой профессиональной основе.

Компоненты воспитательной работы: знание и учёт возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников; владение всеми методами воспитания и широким арсеналом методических приёмов; выбор места и средства педагогического воздействия, организационных форм и характера общения.

### Задачи и содержание воспитательной работы

Воспитательная работа с юными футболистами подчинена в целом общей конечной цели: воспитанию гармонично развитого человека, активной и сознательной личности, обладающей духовным богатством, моральной чистотой и физическим совершенством.

Достижение любой воспитательной цели, как правило, связано с решением трёх тесно связанных задач:

- формирование нравственного сознания;
- формирование поведения: умений, навыков, привычек нравственного и дисциплинированного поведения, соответствующих черт характера;
- формирование личностных качеств: волевых (смелости, настойчивости, решительности), нравственных (честности, доброжелательности, скромности), трудовых (трудолюбия, добросовестности, исполнительности);

Эти задачи коротко могут быть выражены следующим образом: чтобы достичь поставленной воспитательной цели, тренер должен добиться, чтобы воспитанник знал, умел, хотел и мог поступать должным образом.

Основные принципы, характеризующие условия, в которых должен протекать воспитательный процесс:

- связь воспитания с реальной жизнью и трудом;

- воспитание в коллективе;
- единство требований и воспитательных воздействий со стороны всех взрослых, контактирующих с ребёнком;
- сочетание требовательности с уважением к личности воспитанника; - учёт индивидуальных особенностей каждого;
- систематичность и непрерывность воспитательного процесса;
- единство слова и дела в жизни спортивной группы;
- сплочённость коллектива, его ориентацию на спортивные и нравственные идеалы.

### Методы и формы воспитательной работы

Методы воспитания выполняют роль инструментов, с помощью которых решают все возникающие задачи. Сознание юных спортсменов формируется через указание и разъяснение правил поведения на тренировке, во время игры, норм спортивной этики. Большое воспитательное значение имеет личный пример тренера.

Основной в работе тренера является группа методов воспитания, обеспечивающая организацию деятельности юных футболистов, формирования их поведения:

1. Организация чёткого контроля за выполнением предъявляемых к группе требований дисциплинарного и поведенческого характера.
2. Организационная чёткость учебно-тренировочного занятия, обеспечивающего формирование добросовестности и трудолюбия, и включение футболистов в систему взаимопомощи и взаимооценки при выполнении учебных заданий.
3. Общественные поручения. Достаточно важными для группы и освобождающими тренера от рутинных обязанностей могут стать следующие поручения:
  - общее руководство группой (капитан команды);
  - контроль за готовностью мест занятий, расстановка и уборка инвентаря;
  - проверка личной гигиены и экипировки;
  - новости из жизни спорта и футбола в частности;
  - разбор нарушений дисциплины, спортивной этики, конфликтов в группе;
  - культурно-массовая работа - экскурсии, походы, вечера отдыха, чествование победителей;
  - ведение личных карточек с учётом спортивных достижений и результатов.

Формы организации воспитательной работы в спортивной школе носят как групповой, так и индивидуальный характер, воспитание как учебно-тренировочном занятии, так и в моменты досуга и отдыха. Тренер должен побуждать ученика к самоанализу поступков, раскаянию в содеянных безнравственных поступках, стремлению к воспитанию эстетического вкуса и нравственного поведения и здорового образа жизни не только в период активных занятий, а главное по окончании спортивной карьеры.

В воспитательной деятельности тренер должен привлекать родителей своих учеников, помогать выработать режим дня ребёнка, здоровое своевременное питание. У родителей и тренеров должно быть единство целей и оценок поступков ребёнка, а главное правильная реакция на оценку этих поступков. Необходим контакт с общеобразовательным учебным заведением, где чётко должны понимать важность

занятий в спортивной школе, радоваться успехам своих учащихся и выступать помощниками в возможности ребёнка и учиться, и полноценно тренироваться, достигая наивысших результатов в избранном виде спорта.

#### **4. Формы контроля реализации дополнительной образовательной программы**

##### **Основные формы освоения учебного материала:**

1. Тестирование (устный опрос по теоретической части программы)
2. Контрольные нормативы.
3. Соревнования.

Так же в процессе тренировочной работы систематически ведется учет подготовленности путем:

- оценки результатов выступления в соревнованиях команды и индивидуальных игровых показателей;

- выполнения контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке, для чего организуются специальные соревнования.

Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как происходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре.

Одним из методов контроля эффективности занятий является участие юных спортсменов в учебных, контрольных и календарных играх. Контрольные игры

проводятся регулярно в учебных целях. Календарные игры проводятся согласно отдельному плану.

#### 4.1.Оценочные материалы (контрольные упражнения)

Контроль освоения программы осуществляется по результатам выполнения контрольных нормативов (упражнений).

##### **ОФП:**

- бег 30 м (сек.)
- бег 60 м (сек.)
- прыжки в длину с места (см)
- бег 1000 м.

##### **Техническая подготовка:**

- жонглирование мячом (кол-во раз)

### Контрольные упражнения

Таблица 4

<i>Контрольное упражнение</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
1. бег 30 м. (сек.)	не более 6,6
2. бег 60 м.(сек.)	не более 11,8 с
3. прыжки в длину с места (см.)	не менее 135
4. бег 1000м	Без учета времени
<b>Техническая подготовка:</b>	
5. жонглирование мячом (кол-во раз)	не менее 8 раз

Тестирование по учебным контрольным нормативам проводится в форме соревнований 1-2 раза в год.

По результатам контрольных испытаний обучающимся может быть рекомендовано поступление на предпрофессиональную программу по футболу.



## 5. Литература

1. Милке Д. Футбол. Основы игры. Самый короткий путь к изучению основ футбола. 2011.
2. Гибаддулин И.Г., Кожевников В.С. Особенности планирования тренировочного процесса у футболистов 15-16 лет на основе учета их биоэнергетических типов: монография. Физкультура и спорт. 2011 год
3. Чирва Б.Г. Футбол. Теоретическая подготовка вратарей: учебно-методическое пособие. Физкультура и спорт. 2014 год
4. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. Физкультура и спорт. 2014 год
5. Кук Малькольм, Шойдер Джимми. Тренировочные программы и упражнения от ведущих тренеров мира. Физкультура и спорт. 2009 год

