Муниципальное учреждение
«Отдел образования Шелковского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Шелковской Детско-юношеский центр»

Принята решением
Педагогического совета
Протокол № 5
от «25» мая 2026 г

Утверждена приказом № 34
от « 03» июня 2026 г.
Директор МБУ ДО «Шелковской ДЮЦ»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0C3D2ACEA05450510315DEE1299EC59F
Владелец: Бешихранова Мадина Алаудиновна
Действителен: с 01.07.2025 до 24.09.2026

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Юный футболист»
Направленность программы – физкультурно-спортивная;

Возрастная категория участников: 12- 16 лет
Срок реализации: 14 дней

Составитель:
Дудаев Магомед Халидович,
педагог дополнительного образования
МБУ ДО «Шелковской ДЮЦ»

г. Шелковская
2026г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в Муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Шелковской Детско-юношеский центр».

Экспертное заключение (рецензия) № 2 от «03» июня 2026г.

Эксперт _____

(Ф.И.О. должность)

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ №1 КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ
1.1. Нормативно правовая база к разработке программы
1.2. Направленность программы
1.3. Актуальность программы
1.4. Отличительные особенности
1.5. Цели и задачи программы
1.6. Категория учащихся
1.7. Сроки реализации и объем программы
1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий
1.9. Планируемые результаты освоения программы
РАЗДЕЛ №2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
2.1. Учебный (тематический) план
2.2. Содержание учебного плана
РАЗДЕЛ 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ
РАЗДЕЛ 4. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ
4.1. Материально технические условия
4.2. Кадровое обеспечение программы
4.3. Методическое оснащение программы
Приложение №1 «Календарно-тематическое планирование»
Приложение №2 «Оценочные материалы»

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).
7. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
8. Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования».

1.2. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный футболист» имеет физкультурно-спортивную направленность и нацелена на организацию работы групп детей в возрасте 12-16 лет в условиях работы летних площадок в летний каникулярный период. Она предусматривает проведение теоретических и практических тренировочных занятий по виду спорта «Футбол» и участие в соревнованиях.

1.3. Актуальность программы

Программа составлена с учетом современных тенденций в подготовке юных футболистов. При разработке программы использовались методики работы с детьми в спортивных секциях общеобразовательных организаций и организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

С помощью учебных занятий по данной программе можно развить не только быстроту, ловкость, силу и выносливость, но еще и такие черты характера, как взаимовыручку, коллективизм, ответственность, чувство уважения к соперникам. Занятия позволяют решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Формирует установку на здоровый образ жизни, на бережное отношение к своему здоровью.

Содержание программы соответствует требованиям федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол (ФССП) утвержденного приказом от 16.11.2022 №1000; что в свою очередь еще раз свидетельствует об актуальности программы.

1.4. Отличительные особенности.

Программа модифицирована на основе образовательной программы «Юный Футболист» Краснова Павла Мефодьевича. Отличительными особенностями данной программы является то, что программа составлена под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий как в спортивном зале, так и на свежем воздухе. Также объем программы скорректирован для работы в течение 1 смены летней площадки.

1.5. Цель и задачи программы.

Улучшение физической подготовки и физического развития детей, посредствам занятий мини-футболом в течение первой смены летних площадок МБУ ДО «Шелковской ДЮЦ».

Задачи:

Обучающие:

- Обучить терминологии и правилам игры футбол
- Обучить основам техникам ведения и отбора мяча
- Обучить основным техническим и тактическим приемам игры футбол.

Развивающие:

- развивать тактическое мышление, смекалку, изобретательность;
- развивать навыки самостоятельно принимать ответственные решения;
- развивать навыки правильно распределять свои физические способности;

Воспитательные:

- формировать у обучающихся организаторские навыки;
- воспитать общую культуру поведения (основ гигиены, этикет).
- воспитать трудолюбие и взаимоуважение

1.6. Категория учащихся.

Программа рассчитана на детей среднего и старшего школьного возраста от 12 до 16 лет. На программу принимаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний при наличии справки от врача, а также по заявлению родителей (законных представителей).

1.7. Сроки реализации и объем программы.

Программа рассчитана на 14 дней.

Объем программы-42 часов.

1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Форма занятий - физические упражнения (разминка, специальные упражнения, игровые спарринги), беседы по правилам и судейству соревнований.

Практические методы:

- метод упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

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

Режим занятий: Занятия проводятся каждый день по 3 часа.

1.9. Планируемые результаты и способы их проверки.

Предметные:

По итогам обучения по программе обучающиеся будут знать/уметь:

- терминологию и правила игры футбол
- основы техники ведения и отбора мяча
- основные технические и тактические приемы игры футбол.

Метапредметные:

По итогам обучения по программе обучающиеся будут уметь:

- использовать тактическое мышление, смекалку, изобретательность;
- самостоятельно принимать ответственные решения;
- правильно распределять свои физические способности;

Личностные:

У обучающихся будут сформированы:

- организаторские навыки;
- культура поведения (основ гигиены, этикет).
- трудолюбие и взаимоуважение

Раздел 2. Содержание программы
2.1. Учебный (тематический) план.

№п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации контроля
		всего	теория	практика	
1	**Раздел: Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.**	**6**	**2**	**4**	
1.1	Вводное занятие. История развития футбола	3	1	2	Беседа
1.2.	Правила игры в футбол	3	1	2	Опрос
2.	**Раздел: Общая и специальная физическая подготовка**	**12**	**4**	**8**	
2.1	Техника безопасности на занятиях по футболу. Двигательный режим дня. ОРУ. Упражнения на гибкость.	3	1	2	Наблюдение
2.2	О Р У в движении. Подъем туловища 4х15 р. Прыжки на скакалках. Игра мини-футбол	3	1	2	Наблюдение
2.3	ОРУ. Развития скоростно-силовых качеств. Подтягивание на перекладине (мал.), в висе лежа (дев.).	3	1	2	Наблюдение
2.4	Взаимодействие игроков и вратаря в защите. ОРУ. Передачи мяча в парах в движении.	3	1	2	Наблюдение
3.	**Раздел: Техника игры футбол**	**12**	**4**	**8**	
3.1	Техника ведения мяча, остановка мяча, передача мяча.	3	1	2	Наблюдение
3.2	Техника приемов и их применения в конкретных условиях, ударов по мячу серединой, внутренней и внешней частью стопы.	3	1	2	Наблюдение
3.3	Нападение быстрым прорывом. Передачи мяча без остановки	3	1	2	Наблюдение
3.4	Передача мяча в парах 2 касания, удары мяча по воротам.	3	1	2	Наблюдение
4.	**Раздел: Тактика игры в футбол**	**12**	**4**	**8**	
4.2	Тактика в нападение и защите без сопротивления и сопротивлением. Игра квадрат	3	1	2	Наблюдение
4.3	Штрафные удары. Угловые на время	3	1	2	Наблюдение
4.4	Атака со сменой мест и без смены мест флангом. Командные действия	3	1	2	Наблюдение
4.4	**Итоговое занятие:** Контрольные игры и соревнования	3	1	2	Наблюдение
	Итого:	**42**	**14**	**28**	

2.2. Содержание учебного плана.

Раздел 1. Вводное занятия. Физкультура и спорт в России.

Теория: инструктаж по технике безопасности на занятиях по футболу. Понятие - физическая культура, как составная часть социалистической культуры и как средство воспитания. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины. Врачебный контроль.

Практика: беседа на тему «спорт, как система воспитания», просмотр чемпионата России по футболу, просмотр видеозаписей игры в футбол за рубежом.

Тема№2: Правила игры в футбол.

Теория: разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.

Практика: Опрос на знание обязанностей капитана команды. Просмотр матча и обсуждения соблюдений правил в игре.

Раздел 2. Общая и специальная физическая подготовка.

Тема№1: Техника безопасности на занятиях по футболу. Двигательный режим дня. ОРУ. Упражнения на гибкость.

Теория: понятие – выносливость, как развить гибкость, понятие – сила как способствовать развитию ловкости, понятие – быстрота, понятие о специальной физической подготовке, цель специальной физической подготовки.

Практика: - Разминка и растяжка. Растяжка нижних и верхних конечностей, наклоны вперед с ногами на ширине плеч. Растяжка плечевых и грудных мышц.

Тема№2: ОРУ в движении. Подъем туловища 4х15 р. Прыжки на скалках. Игра мини-футбол.

Теория: - Значение и преимущества общеразвивающих упражнений в игре.

Практика: поднимание и опускание рук в стороны, вперёд, круговые вращения, сгибание, разгибание рук в упоре. Наклоны туловища вперёд и в стороны, выпады вперёд, в сторону, назад. прыжки в полу приседе, упражнения с набивным мечом (1-2 кг.) акробатические упражнения (кувырки вперёд с шага, длинный кувырок вперёд, кувырок назад из приседа).

Тема№3: ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств. Подтягивание на перекладине(мал), в висе лежа (дев.).

Теория: - Основы тренировки скоростно-силовых качеств.

Практика: упражнения в висах и упорах (подтягивание:2 подхода по 5 раз; из упора лёжа, сгибание и разгибание рук:2 подхода по 4-5 раз).

Тема№1: Взаимодействие игроков и вратаря в защите. Передачи мяча в тройках в движении.

Теория: Определения «пас», «обводка», «обманный финт». Ведение и передача мяча в движении между игроками колонн

Практика: Тактика игры вратаря в защите. Ведение мяча с обводкой стоек и передача мяча партнёру в ноги.

Ведение мяча с обводкой стоек и передача мяча партнеру на выход.

Раздел 3. Техника игры в футбол.

Тема№1: Техника ведения мяча, остановка мяча, передача мяча.

Теория: Цель изучения техники ведения, остановки и передачи мяча.

Практика: отработка практических навыков ведения мяча внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочерёдно. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Перехват мяча- быстрый выход на мяч с целью определить соперника, которому адресована передача мяча.

Тема№2: техника приемов и их применения в конкретных условиях, ударов по мячу серединой, внутренней и внешней частью стопы.

Теория: -Значение освоения различных видов приемов для повышения эффективности игры.

Практика: 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. Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: вовремя ведение внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.

Тема№3: Нападения быстрым прорывом. **Передачи мяча без остановки.**

Теория: Упражнение на ловкость в игре. Техника игры.

Практика: Быстрый пас, пас в разрез Быстрый и точный пас (короткий, средний, длинный).

Тема№3: передача мяча в парах 2 касания, удары мяча по воротам.

Теория: Основы передач мяча и ударов по воротам.

Практика: Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, удары по мячу ногой. 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 шагом. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.

Раздел 4. Тактика игры в футбол.

Тема№1: Тактика в нападении и защите без сопротивления и с сопротивлением. Игра «Квадрат».

Теория: Понятие позиционной атаки и организации обороны.

Практика: Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Тактика нападения. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Тактика защиты вратаря. Уметь выбирать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыграть удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли).

Тема№2: Штрафные удары. Угловые на время

Теория: Прямые и косвенные штрафные удары. Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Использовать все возможные фолы,

Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тема№3: Атака со сменой мест и без смены мест флангом, : Командные

действия.

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле. Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча. Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения. Тактическая подготовка в двусторонней игре.

Тема№4: Итоговое занятие. Контрольные игры и соревнования.

Теория: Правила игры. Знакомство с олимпийской и круговой системой соревнований.

Практика: Контрольные игры и соревнования. Соревнования, их организация, парные игры, контроль подготовленности обучающихся.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Виды контроля:

Данная программа не предполагает промежуточной или итоговой аттестации учащихся. Оценивание уровня освоения программы происходит по окончании курса, по результатам сдачи нормативов и зачетов, а также участия в соревнованиях районного и оных уровней.

Формы проверки результатов:

- наблюдение за детьми в процессе работы;
- соревнования;

Формы подведения итогов:

- сдача нормативов
- товарищеские матчи;

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

По технической подготовке

Этап начальной подготовки.

1	Удар по мячу на дальность (м)	24	28
2	Комплексное упражнение: ведение 10 м, обводка трех стоек, поставленных на 12-метровом отрезке, с последующим ударом в цель (2,5х1,2 м) с расстояния 6 м - из трех попыток (сек)	12	9,5
3	Бег на 30 м с ведением мяча (сек)	-	6,5
4	Жонглирование мячом ногами (количество ударов)	-	8

По физической подготовке

Этапы начальной подготовки и учебно-тренировочной.

1.	Челночный бег 3х10 или бег 30 ч с высокого старта (сек)	10,0 6,0	9,5 5,5
2.	Метание теннисного мяча в цель с 6 м из трех попыток (количество попаданий)	1	2
3.	Кросс без учета времени (м)	300	500

4.	Многоскоки (8 прыжков-шагов с ноги на ногу) (м)	10,5	12,5
5.	Лазание по канату с помощью ног (м)	1,5	2
8.	Полоса препятствий (количество баллов)	7	9

Физическое развитие и физическая подготовленность

Упражнения	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
1	2	3	4	5	6	7	8	9
По общей физической подготовке для полевых игроков и вратарей								
1. бег 30 м (сек)	5.3	5.1	4.9	4.7	4.6	4.4	4.3	4.2
2. бег 300 м (сек)	60.0	59.0	57.0					
3.бег 400м (сек)				67.0	65.0	64.0	61.0	59.0
4. 6-минутный бег (м)			1400	1500				
5. 12-минутный бег (м)					3000	3100	3150	3200
6. бег 10х30 м (сек)							4.50	4.40
7. прыжок в длину с/м(см)	160	170	180	200	220	225	240	250
По специальной физической подготовке для полевых игроков								
1. бег 30 м с ведением мяча (сек)	6.4	6.2	6.0	5.8	5.4	5.2	4.8	4.6
2. бег 5х30 м с ведением мяча (сек)				30.0	28.0	27.0	26.0	24.0
3. удар по мячу на дальность - сумма ударов правой и левой ногой (м)			45	55	65	75	80	85
По технической подготовке для полевых игроков								
1. удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	6	7	8	6	7	8	6	7
2. ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)				10.0	9.5	9.0	8.7	8.5
3. жонглирование мячом (количество раз)	8	10	12	20	25			

Формой подведения итогов являются также: тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:

4.1. Материально-технические условия реализации программы.

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с волейбольной разметкой площадки, волейбольными стойками.

Спортивный инвентарь:

- Спортивное оборудование и инвентарь:
- футбольное поле, спортивный зал, размер 12х24;
- стойки для обводки мячей - 15 штук;
- стойки для подвески мячей- 2 штуки;
- переносные мишени- 2 штуки;
- переносные ворота;
- маты гимнастические;
- скакалки-15 штук;
- мячи набивные;
- форма спортивная (майки, шорты, гетры и обувь);
- мячи футбольные-15 штук;
- мячи волейбольные и баскетбольные;
- гири, гантели.
- Секундомер, свисток, рулетка, динамометр.

Спортивные снаряды:

- гимнастические скамейки – 3-5 штук;
- гимнастическая стенка – 6 пролетов.

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована одним педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися.

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Занятия по программе «Юный футболист» предусматривают изучение теоретического материала, проведение практических занятий по футболу с игровыми элементами.

Данная программа осуществляет 3 исключительно важные функции:

• создает эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;

• способствует осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;

• выполняет защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Методы и формы обучения. Занятия проводятся на основе общих методических принципов. Используются методы наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение – элементарным и простым.

Методы обучения на занятиях:

- Словесный - объяснение терминов, новых понятий. • Наглядный - показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видео материалов.
- Практический - выполнение обучающимися практических заданий и упражнений.
  Игровой - активизирующие внимание, улучшающие эмоциональное состояние обучающихся.

Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций, практическую части: ОФП и игры, занятия оздоровительной направленности, праздники, соревнования, эстафеты, домашние задания.

Основы знаний: Понятие о физической культуре. Развитие физической культуры в современном обществе. Физическая культура и спорт в системе общего и дополнительного образования. Двигательный режим дня. Самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Правила проведения соревнований. Основы техники безопасности и правил безопасного поведения на занятиях в секции. Основы знаний о физических упражнениях. Гигиенические требования к спортивной одежде. Правила личной гигиены и здорового образа жизни. Утренняя гимнастика. Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья! Значение и способы закаливания. Правила спортивных игр: Баскетбол, Волейбол, Гандбол, Футбол. Правила самоконтроля. Правила страховки и самостраховки. Питание – необходимое условие для жизни человека. Вредные привычки.

Список литературы:

Литература для обучающихся и родителей:

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт», 1978 г. - 111 с. с., ил.

2. Сучилин А. А. Футбол во дворе. М. «Физкультура и спорт», 1978г. г.

3. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт. 1982, 2-ое исправленное и дополненное издание, - 207 с с, ил. (Азбука спорта.

Список литературы для педагога:

1.Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И. Лях, Л.А. Зданевич / “Просвещение”. М., 2011.

2.Примерная федеральная программа (Матвеев А.П., 2009).

3. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. - М.: Просвещение. 1986. 144с., ил.2. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ.М.,1981.

4. Гогунов Е. Н., Мартьянов Б. И, Психология физического воспитания и спорта. - М.: ACADEMIA, 2000.

5. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.

6. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11-х классов общеобразовательной школы, 1996.

7. Коротков И. М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 1974.

8. Краевский В. В. Методология педагогического исследования: Учеб. пособие для курсов повышения квалификации науч. - пед. кадров. - Самара: СамГПИ, 1994.

9. Сучилина А.А. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. -М.:1983.

Интернет ресурсы:

1. https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-osnovam-obucheniya-tehniki
2. https://www.professionalsport.ru/blog/2016/03/09/tehnika-priyoma-myacha-v-
3. https://fb.ru/article/380806/sportivnyie-podvijnyie-igryi-vidyi-klassifikatsiya

Приложение №1

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей краткосрочной программе
«Юный футболист»

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Раздел 1: Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России. (6)ч.								
1.	Июнь	8	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	Комб.	3	Вводное занятие. История развития футбола	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Беседа
2.	Июнь	9	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	Беседа, самостоятельная работа	3	Правила игры в футбол	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Опрос
Раздел2: Общая и специальная физическая подготовка (12)ч.								
3.	Июнь	10	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Техника безопасности на занятиях по футболу. Двигательный режим дня. ОРУ. Упражнения на гибкость.	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
4.	Июнь	11	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	О Р У в движении. Подъем туловища 4х15 р. Прыжки на скакалках. Игра мини-футбол	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение

5.	Июнь	15	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	ОРУ. Развития скоростно - силовых качеств. Подтягивание на перекладине (мал.), в висе лежа (дев.).	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
6.	Июнь	16	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Взаимодействие игроков и вратаря в защите. ОРУ. Передачи мяча в парах в движении.	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наюлюдение
Раздел3: Техника игры футбол (12) ч.								
7.	Июнь	17	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Техника ведения мяча, остановка мяча, передача мяча.	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
8.	Июнь	18	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Техника приемов и их применения в конкретных условиях, ударов по мячу серединой, внутренней и внешней частью стопы.	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
9.	Июнь	19	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Нападение быстрым прорывом. Передачи мяча без остановки	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
10.	Июнь	22	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Передача мяча в парах 2 касания, удары мяча по воротам.	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
Раздел№4 Тактика игры в футбол (12) ч.								

11.	Июнь	23	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Тактика в нападение и защите без сопротивления и сопротивлением. Игра квадрат	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
12.	Июнь	24	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Штрафные удары. Угловые на время	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
13.	Июнь	25	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	Атака со сменой мест и без смены мест флангом. Командные действия.	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение
14.	Июнь	26	09^{00}-09^{45} 09^{55}-10^{40} 10^{50}-11^{35}	групповая	3	**Итоговое занятие:** Контрольные игры и соревнования	МБОУ «Старощедринская СОШ»	Наблюдение

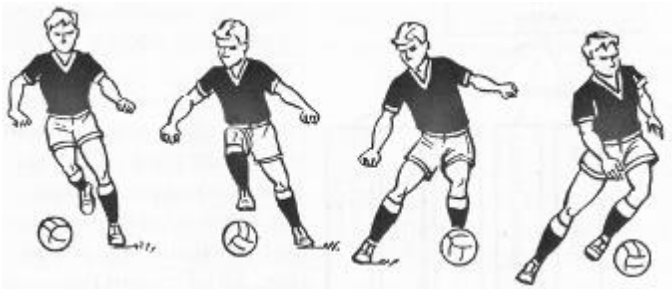
Приложение №2

Оценочные материалы.

Классификация финтов

Финт “уходом”. Технический прием, выполняемый различными способами, основан на принципе неожиданного и быстрого изменения направления движения. В подготовительной фазе игрок своими действиями показывает, что намерен уйти с мячом от противника в избранном направлении. Перемещаясь, противник пытается перекрыть зону предполагаемого прохода. Но в фазе реализации, быстро меняя направление движения, игрок уходит с мячом в противоположную сторону.

Обманные движения на “уход” выполняются преимущественно на полусогнутых



ногах, что обеспечивает широкую амплитуду движения, а также быстроту его изменения.

“Уход” выпадом. При атаке соперника спереди игрок, ведущий мяч, показывает своими движениями, что он намерен обойти его справа или слева.

Рассмотрим действия футболиста при обманном движении вправо и уходе влево. Сближаясь с противником на расстояние 1,5-2 м, игрок толчком левой ноги выполняет широкий выпад вправо - вперед. Причем проекция ОЦТ не доходит до площади опоры. Возникающее при этом неустойчивое равновесие будет, однако, способствовать дальнейшему движению. Соперник пытается перекрыть зону прохода и перемещается в сторону выпада. Тогда резким толчком правой ноги игрок, выполняющий финт, делает широкий шаг влево. Внешней частью подъема левой ноги мяч посылается влево - вперед.

“Уход” с переносом ноги через мяч. Финт применяется преимущественно при атаке сзади. Игрок, владеющий мячом, подготовительными действиями показывает, что намерен уйти в сторону (например, влево). Он поворачивает туловище налево, переносит правую ногу скрестно через мяч и делает выпад

влево. Противник, атакующий сзади, не видит мяча. Он реагирует на это движение и также делает выпад влево. В этот момент игрок с мячом быстро поворачивается направо, посылает мяч внешней частью подъема вперед, и затем следуют дальнейшие действия согласно игровой ситуации.



Финт “Уход” с переносом ноги через мяч.

Финт “ударом” по мячу ногой. Обманные движения “ударом” крайне разнообразны как по способу выполнения подготовительной фазы, так и разновидностью реализации истинных намерений. Различны и условия выполнения финта: во время ведения, после передачи мяча партнером, после остановки.

Рассмотрим некоторые особенности техники выполнения данного финта. При сближении с противником, который участвует в единоборстве и расположен спереди или спереди - сбоку, в подготовительной фазе выполняется замах ударной ногой. Эта поза свидетельствует о том, что будет выполнен удар в цель или передача. Реагируя на замах, противник пытается отобрать мяч или перекрыть зону предполагаемого полета мяча, для этого применяются выпад, шпагат, подкат, что связано с замедлением движения и остановкой. Кроме того, переключение из этих положений на дальнейшие действия в единоборстве требует определенного времени. В зависимости от игровой ситуации, расположения партнеров и соперников, позы противоборствующего соперника в фазе реализации выполняется несильный удар по мячу ногой соответствующим способом и уход от противника вперед, вправо, влево или назад.

Если финт “ударом” выполняется после передачи и партнер находится на пути движения мяча в более выгодной позиции, то в фазе реализации мяч пропускается

открытому партнеру.

Практические задания

Стойки и перемещения (бег, прыжки, остановки, повороты) составляют основу футбола. Футболист в среднем за игру владеет мячом примерно 3 минуты, остальное время он играет без мяча. Технически верные перемещения способствуют правильным и рациональным технико-тактическим действиям игрока.

Техническая подготовка.

Опека и преследование.

Уход с финтом в сторону от соперника.

Овладение техники ведения мяча:

Ведение мяча ногой

Совершенствование техники ведения мяча происходит в игровых упражнениях и двусторонних учебных играх

Овладение техникой ударов и подач:

1 Техника игры с мячом

2.Удары по мячу

3.Удар внутренней стороной стопы

4.Удар внешней стороной стопы

5.Удар внутренней частью подъема

Овладение тактикой игры:

1.Удар подъёмом, отработка ударов с обеих ног

2.Удар в ворота после обводки

3.Отработка удара головой

4.Удар головой в прыжке, игра головой с партнёром

5.Удар по воротам после передачи с фланга

Опрос

1.История развития футбола в России.

2.Краткий обзор истории футбола.

3.Правила игры в футбол.

4.Основы техники и тактики игры в футбол.

5.Где впервые начали играть в футбол?

6.Вес мяча, разметка поля.