Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 605
с углубленным изучением немецкого языка
Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол от 27.08.2026 №1

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГБОУ №605
_____ М.В. Щавинская
Приказ от 27.08.2026 №270

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ

«ФУТБОЛ»

2 года обучения (288 часов)

Возраст учащихся: 7-10 лет

Мовсисян Андрей Артурович
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2026 год

1. Пояснительная записка ……..…….. стр. 2 - 6

2. Учебный план ……...…….…. стр. 7

3. Календарный учебный график…… стр. 8

4. Рабочие программы……..… стр. 9-22

5. Методические и оценочные материалы…… стр. 23-25

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность

Общеразвивающая программа «Футбол» реализуется для детей от 7 до 10 лет, имеет физкультурно-спортивную направленность и базовый уровень освоения.

Актуальность программы

Актуальность программы заключается в том, что она отвечает запросам учащихся и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки, оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие посредством занятий футболом.

Разумное использование резервов игровой двигательной активности - подвижных, оздоровительных игр и игровых упражнений, спортивные игры (в данном случае футбол) является инструментом действенного снижения негативных последствий учебной перегрузки. Увеличение уровня ежедневной двигательной активности детей и подростков, совершенствование их физических и интеллектуальных способностей, повышение психоэмоциональной устойчивости и адаптационных резервов организма, в конечном счете, должно способствовать сохранению и укреплению здоровья.

Адресат программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» реализуется для детей от 7 (школьников) до 10 лет, имеющих желание для занятий футболом, а также не имеющих медицинских противопоказаний.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Реализация данной программы направлена на формирование общей культуры учащихся; удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании; формирование культуры здорового и безопасного образа

жизни, а также на укрепление здоровья и организацию свободного времени детей/подростков.

Результативностью освоения программы является: выход учащихся на прогнозируемые результаты программы, и презентация их на уровне учреждения.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации программы – 2 года. Что составляет 288 часов

Цель программы

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся на занятиях футболом.

Задачи программы

Обучающие:

- обучить основам техники игры в футбол
- сформировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах.
- познакомить с правилами игры в футбол

Развивающие:

- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу,

терпеливость, целеустремлённость и др.,
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:
- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратности, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни
- воспитывать морально-нравственные качества
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:
 проявят первоначальное желание быть ответственными, трудолюбивыми, самодисциплинированными;
 проявят желание быть ответственными за личные и коллективные успехи;
 получат знание основных моральных норм на занятиях спортивными играми и ориентации на их выполнение.

Метапредметные результаты:
 освоение способности анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
 разовьют навыки общения и взаимодействия со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
 получат практические умения технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:
 получат представление об основах игры в футбол;
 познакомятся с правилами игры и первоначальными навыками игры в футбол;
 приобретут опыт взаимодействия со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;
 освоят практику организации и проведения игры с разной целевой направленностью.

Условия реализации программы

Данная программа ориентирована на детей от 7 до10 лет (мальчиков) без специальной подготовки. Принимаются все желающие, имеющие медицинский доступ. Для успешной реализации программы и достижения максимальных результатов рекомендуется начинать с 7 летнего возраста, так как идет формирование мышечной системы. Группы формируются по возрастным критериям.

В группу 1 года обучения принимаются дети в возрасте от 7 - 8 лет. При наборе, основываясь на методе педагогического наблюдения, в основном, уделяется внимание физическим данным.

В группу 2 года обучения принимаются дети в возрасте 9-10 лет, освоившие программу 1 года обучения и дети, сдавшие контрольно-переводные нормативы при поступлении один раз в год.

Для перевода на следующий год обучения, учащиеся каждой учебной группы должны выполнить 8 базовых упражнений. За каждое упражнения начисляются баллы. Количество баллов для перехода на следующий год обучения равна двадцать четыре балла. Отдельные юные футболисты, не выполнившие установленное число нормативов, но являющиеся перспективными, решением педагогического совета, в порядке исключения, переводятся на следующий год обучения.

Обучение бесплатно.

Особенности организации образовательного процесса

Сроки реализации

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» реализуется за 2 года.

На 1 году обучения количество часов– 144 часа

Режим занятий

1 год обучения: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа,

На 2 году обучения количество часов– 144 часа

Режим занятий

2 год обучения: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа,

Формы организации деятельности учащихся на занятиях

- групповая,
- индивидуально-групповая,
- коллективная.

Формы занятий:

- традиционное занятие
- учебно-тренировочное занятие
- игра
- турнир
- товарищеская встреча
- соревнование.

Наполняемость группы

1 год обучения – не менее 15 человек

Методы проведения занятий

При реализации настоящей программы используются следующие методы обучения.

1. Словесные методы:
   a) беседа;
   b) анализ тренировочной и соревновательной деятельности;
   c) самоанализ;
   d) разбор игры (игровых эпизодов).
2. Наглядные методы:
   a) показ иллюстраций, видеоматериалов;
   b) наглядный показ педагогом;
3. Практические методы:
   a) соревновательный метод;
   b) метод тренировочной нагрузки (интервальный, равномерный, переменный);
4. Игровые методы
   a) игры.

Кадровое обеспечение программы

По данной программе «Футбол» может работать педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим требованиям Профессионального стандарта.

Материально-техническое обеспечение программы

- Места для занятий:
  - пришкольный стадион, оборудованный футбольными воротами.

- спортивный зал, оборудованный футбольными воротами, гимнастическими стенками, скамейками.
- футбольные мячи (для каждого футболиста);
- футбольная форма (игровая и тренировочная).

Учебно-методическое обеспечение

1 год

№	Наименование темы,раздела	Учебно-методическое обеспечение
1	Теоретическая подготовка	Опрос, презентация занятия.
2	Техническая подготовка	Тематическая подборка упражнений.
3	Тактическая подготовка	Наглядные пособия. Подборка упражнений.
4	Физическая подготовка (общая подготовка)	Тематическая подборка упражнений.
5	Физическая подготовка (специальная подготовка)	Тематическая подборка упражнений

Планируемые результаты

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:
- активно включаются в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявляют аккуратность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- стремление вести здоровый образ жизни
- проявляют морально-нравственные качества
- сформирована культура общения, навыки работать в группе, чувство патриотизма;

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие способности и умения:
- технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.,
- интерес к занятиям спортом, в частности футболом,
- развитие волевых качеств учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,
- эстетическое восприятие игры в футбол;

Предметными результатами: освоения учащимися содержания программы являются следующие знания, умения и навыки:
- знание основ техники игры в футбол,
- имеют представление о врачебном контроле, гигиенических нормах,
- знакомство с правилами игры в футбол,
- умение бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.

Учебный план 1-го года обучения

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов						Форма контроля
		4 часа в неделю			6 часов в неделю			
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	0	2	2	0	Опрос
2	Общая физическая подготовка	40	8	32	64	14	50	Тестирование
3	Специальная физическая подготовка	30	6	24	40	10	30	Тестирование
4	Техника	16	4	12	30	8	22	Тестирование
5	Тактика	16	8	8	30	8	22	Тестирование
6	Тестирование	8	2	6	8	2	6	Тестирование
7	Участие в соревнованиях	30	1	29	40	1	39	Игра Соревнование
8	Итоговое занятие	2	2	0	2	2	0	Итоговый контроль
9	**Итого**	**144**	**33**	**111**	**216**	**47**	**169**	

Учебный план 2-го года обучения

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов						Форма контроля
		4 часа в неделю			6 часов в неделю			
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	2	0	2	2	0	Опрос
2	Общая физическая подготовка	40	8	32	64	14	50	Тестирование
3	Специальная физическая подготовка	30	6	24	40	10	30	Тестирование
4	Техника	16	4	12	30	8	22	Тестирование
5	Тактика	16	8	8	30	8	22	Тестирование
6	Тестирование	8	2	6	8	2	6	Тестирование
7	Участие в соревнованиях	30	1	29	40	1	39	Игра Соревнование
8	Итоговое занятие	2	2	0	2	2	0	Итоговый контроль
9	**Итого**	**144**	**33**	**111**	**216**	**47**	**169**	

УТВЕРЖДЁН
И.о. директора ГБОУ школы № 605
_____ М.В. Щавинская
Приказ от 27.08.2026 №270

Календарный учебный график реализации
дополнительной общеразвивающей программы
«Футбол»

Педагог: Мовсисян Андрей Артурович

Год обучения	**Дата начала обучения по программе**	**Дата окончания обучения по программе**	**Всего учебных недель**	**Количество учебных часов**	**Режим занятий**
1 год	01.09.2026	31.05.2027	36	144 часа	2 раза в неделю по 2 часа
2 год	01.09.2027	31.052028	36	144 часа	2 раза в неделю по 2 часа

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 605
с углубленным изучением немецкого языка
Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол от 27.08.2026 №1

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГБОУ №605
_____ М.В. Щавинская
Приказ от 27.08.2026 №270

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Футбол»
1 год обучения
Возраст учащихся: 7-10 лет

Мовсисян Андрей Артурович,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2026-2027 учебный год

Задачи 1го года обучения

Обучающие:
- обучить основам техники игры в футбол
- сформировать систему теоретических сведений о врачебном контроле, гигиенических нормах.
- познакомить с правилами игры в футбол

Развивающие:
- пробудить интерес к занятиям спортом, в частности футболом
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:
- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратности, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни
- воспитывать морально-нравственные качества
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма.

Планируемые результаты 1 года обучения

Личностные результаты:
- умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявляют аккуратность, трудолюбие ;
- сформирована культура общения, навыки работать в группе,

Метапредметные результаты:
- технически правильно выполняют двигательные действия,
- интерес к занятиям спортом, в частности футболом,
- развитие волевых качеств: дисциплинированности, смелости, силы, терпеливости,

Предметные результаты:
По окончании 1 года обучения учащиеся **знают**:
1. Теоретическая подготовка:
– о развитии футбола в России. Российские соревнования по футболу - Чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в Международных соревнованиях,
– гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.
– значение всесторонней физической подготовки.

По окончании обучения учащиеся **умеют**:
1. Техническая подготовка:
– удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному мячу.
– остановка мяча. Остановка летящего мяча подошвой.
– ведение мяча (дриблинг),
– обманные движения (финты),
– отбор мяча,
– вбрасывание мяча из аута с места.
2. Тактическая подготовка:
– тактика нападения - индивидуальные (открывание и выход на мяч),

– тактика защиты - индивидуальные («закрывание» соперника, «перехват», отбор мяча).

Содержание изучаемого курса 1 года обучения

Раздел 1**. Вводное занятие**
Теория**:** Рассказ об истории мирового футбола и историю развития российского футбола, правилах этой игры. Беседа об гигиенических основах режима учёбы, отдыха и занятий спортом; значение всесторонней физической подготовки; как осуществлять самоконтроль за состоянием организма и уметь выполнять его. Рассказ о строении и функциях организма человека. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.
Информация о расписании, форме для занятий, знакомство с правилами поведения в спортивном зале. Знакомство с целями и задачами программы 1 года обучения. Правила приёма и перевода на следующий год обучения.

Раздел 2. **Общая физическая подготовка**
Теория: Знакомство с понятием «общая физическая подготовка» - цели, задачи. Знакомство с комплексом упражнений.
Практика: Строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки)**.**

Раздел 3. **Специальная физическая подготовка**
Теория: Знакомство с понятием «специальная физическая подготовка», цели, задачи. Основные понятия – быстрота, ловкость, координация движений.
Практика: упражнения для развития быстроты, упражнения для развития ловкости, упражнения на развитие координации движений.

Раздел 4. **Техника**
Теория: Знакомство с понятием «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – ведение мяча, передача мяча, дриблинг, финты, остановка мяча.
Практика:

- **Удары по мячу ногой**. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному.
- **Остановка мяча.** Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек;
- **Обманные движения** (финты);
- **Техника передвижений.** Приставной шаг. Перемещение спиной вперёд. Бег.

Раздел 5. **Тактика**
Теория: Знакомство с понятием «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные действия в игре. Взаимодействие.
Практика: тактика нападения – индивидуальные действия (открывание и выход на мяч); тактика защиты – индивидуальные действия (перехват мяча).

Раздел 6**. Тестирование**
Теория: ознакомление с нормативами, соответствующими данной возрастной группы. Практика: приём нормативов.

Раздел 7. **Участие в соревнованиях**
Теория: Инструктаж по ТБ
Практика: Участие в соревнованиях разного уровня. Анализ игры.

Раздел 8. **Итоговое занятие**

Теория: Подведение итогов учебного года для воспитанников и родителей. Планы и перспективы на следующий учебный год.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

144 часов
2 раза в неделю по 2 часа

	Название раздела и темы	**Общее кол-во часов**	**Дата проведения**
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Повторение правил игры. Показ более сложных приемов в игре	1	1 недля
2	Учебная игра	1	
3	Анализ игры	1	
4	Способы ведения	1	
5	Удары по мячу.	1	2 неделя
6	Соревнование	1	
7	Обучение передачи мяча	1	
8	Обучение обманных движений	1	
9	Освоение навыков игры головой	1	3 неделя
10	Отработка специальных действий	1	
11	Отработка передач мяча	1	
12	Удары по мячу.	1	
13	Эстафеты с ведением и обводкой	1	4 неделя
14	Удары по мячу.	1	
15	Соревнование	1	
16	Обучение передачи мяча	1	
17	Отбор мяча	1	5 неделя
18	Обучение ударов	1	
19	Обучение ведения	1	
20	Соревнование	1	
21	Обучение приемов	1	6 неделя
22	Обучение обводки	1	
23	Развитие общей выносливости	1	
24	Обучение приемов	1	
25	Развитие ловкости	1	7 неделя
26	Соревнование	1	
27	Развитие выносливости	1	
28	Технические приемы	1	
29	Развитие выносливости	1	8 неделя

30	Соревнование	1	
31	Развитие быстроты	1	
32	Тактика игры	1	
33	Развития координации	1	9 недля
34	Техника игры	1	
35	Совершенствование ударов	1	
36	Развитие скорости	1	
37	Учебная игра	1	10 неделя
38	Удары по мячу.	1	
39	Соревнование	1	
40	Обучение передачи мяча	1	
41	Прием мяча	1	11 неделя
42	Анализ игры	1	
43	Тактика игры	1	
44	Учебная игра	1	
45	Обучение игровых действий	1	12 неделя
46	Развитие силы и выносливости	1	
47	Видеообзор игр	1	
48	Развитие общей выносливости	1	
49	Обучение передач мяча	1	13 неделя
50	Обучение приемов	1	
51	Обучение обводки	1	
52	Удары по мячу.	1	
53	Обучение обманных движений	1	14 неделя
54	Обучение передачи мяча	1	
55	Остановка мяча	1	
56	Передачи в сочетании с ударами	1	
57	Учебная игра	1	15 неделя
58	Соревнование	1	
59	Развитие быстроты	1	
60	Обучение передач	1	
61	Обучение игры головой	1	16 неделя
62	Соревнование	1	
63	Развитие силы	1	
64	Обучение ведения	1	
65	Учебная игра	1	17 неделя
66	Обучение передач	1	
67	Обучение ведения	1	
68	Обучение передач	1	
69	Обучение приемов	1	18 неделя
70	Соревнование	1	
71	Обучение обводки	1	
72	Спортивные, подвижные игры, эстафеты	1	
73	Тестирование	1	19 неделя
74	Тестирование	1	
75	Удары по мячу.	1	

76	Обучение обманных движений	1	
77	Обучение передачи мяча	1	20 неделя
78	Остановка мяча	1	
79	Обучение атакующих действий	1	
80	Обучение ведения	1	
81	Обучение передач мяча	1	21 неделя
82	Обучение приемов	1	
83	Обучение обводки	1	
84	Техника игры	1	
85	Прием мяча	1	22 неделя
86	Удары по мячу.	1	
87	Обучение обманных движений	1	
88	Обучение передачи мяча	1	
89	Соревнование	1	23 неделя
90	Обучение передач мяча	1	
91	Обучение приемов мяча	1	
92	Техника игры	1	
93	Учебная игра	1	24 неделя
94	Развитие координационных способностей	1	
95	Тактика игры	1	
96	Прием мяча	1	
97	Спортивные и подвижные игры	1	25 неделя
98	Тестирование	1	
99	Тестирование	1	
100	Соревнование	1	
101	Удары по мячу.	1	26 неделя
102	Обучение обманных движений	1	
103	Обучение передачи мяча	1	
104	Остановка мяча	1	
105	Тактика игры	1	27 неделя
106	Удары по мячу	1	
107	Остановка мяча	1	
108	Тактика игры	1	
109	Спортивные, подвижные игры, эстафеты	1	28 неделя
110	Тестирование	1	
111	Тестирование	1	
112	Удары по мячу.	1	
113	Обучение обманных движений	1	29 неделя
114	Обучение передачи мяча	1	
115	Остановка мяча	1	
116	Обучение атакующих действий	1	
117	Обучение ведения	1	30 неделя
118	Обучение передач мяча	1	
119	Обучение приемов	1	
120	Обучение обводки	1	
121	Техника игры	1	31 неделя

122	Прием мяча	1	
123	Удары по мячу.	1	
124	Обучение обманных движений	1	
125	Обучение передачи мяча	1	32 неделя
126	Соревнование	1	
127	Обучение передач мяча	1	
128	Обучение приемов мяча	1	
129	Техника игры	1	33 неделя
130	Учебная игра	1	
131	Развитие координационных способностей	1	
132	Тактика игры	1	
133	Прием мяча	1	34 неделя
134	Спортивные и подвижные игры	1	
135	Тестирование	1	
136	Тестирование	1	
137	Соревнование	1	35 неделя
138	Удары по мячу.	1	
139	Обучение обманных движений	1	
140	Обучение передачи мяча	1	
141	Остановка мяча	1	36 неделя
142	Удары по мячу	1	
143	Тактика игры	1	
144	Итоговое занятие	1	
	144 часов	**ИТОГО в год**	

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 605
с углубленным изучением немецкого языка
Выборгского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол от

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГБОУ №605
_____ М.В. Щавинская
Приказ от

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
«Футбол»
2 год обучения
Возраст учащихся: 7-10 лет

Мовсисян Андрей Артурович,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2027-2028 учебный год

Задачи 2го года обучения

Обучающие:
- Повторение учебного курса 1го года обучения
- Совершенствовать изученные навыки
- Начать соревновательную практику

Развивающие:
- развивать волевые качества учащихся: дисциплинированность, смелость, силу, терпеливость, целеустремлённость и др.,
- развивать эстетическое восприятие и творческое воображение.

Воспитательные:
- создать условия для воспитания у учащихся трудолюбия, аккуратности, приобщить воспитанников к здоровому образу жизни
- воспитывать морально-нравственные качества
- формировать культуру общения, навыки работать в группе, воспитывать чувство патриотизма.

Планируемые результаты 2 года обучения

Личностные результаты:
- умение поддерживать свою команду в различных эмоциональных ситуациях
-сформирована культура общения, навыки работать в группе,

Метапредметные результаты:
- технически правильно выполняют двигательные действия,
- интерес к занятиям спортом, в частности футболом,
- развитие волевых качеств: дисциплинированности, смелости, силы, терпеливости,

Предметные результаты:
По окончании 2 года обучения учащиеся **знают**:
1. Теоретическая подготовка:
– о развитии футбола в России. Российские соревнования по футболу - Чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в Международных соревнованиях,
– гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.
– значение всесторонней физической подготовки.

По окончании обучения учащиеся **умеют**:
1. Техническая подготовка:
– удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному мячу.
– остановка мяча. Остановка летящего мяча подошвой.
– ведение мяча (дриблинг),
– обманные движения (финты),
– отбор мяча,
– вбрасывание мяча из аута с места.
2. Тактическая подготовка:
– тактика нападения - индивидуальные (открывание и выход на мяч),
– тактика защиты - индивидуальные («закрывание» соперника, «перехват», отбор мяча).

Содержание изучаемого курса 2 года обучения

Раздел 1**. Вводное занятие**
Теория**:** Рассказ об истории мирового футбола и историю развития российского футбола, правилах этой игры. Беседа об гигиенических основах режима учёбы, отдыха и занятий спортом; значение всесторонней физической подготовки; как осуществлять самоконтроль за состоянием организма и уметь выполнять его. Рассказ о строении и функциях организма человека. Инструктаж по технике безопасности на занятиях.
Информация о расписании, форме для занятий, знакомство с правилами поведения в спортивном зале. Знакомство с целями и задачами программы 1 года обучения. Правила приёма и перевода на следующий год обучения.

Раздел 2. **Общая физическая подготовка**
Теория: Знакомство с понятием «общая физическая подготовка» - цели, задачи. Знакомство с комплексом упражнений.
Практика: Строевые упражнения; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений - в положении стоя, сидя, на коленях, лежа; упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки)**.**

Раздел 3. **Специальная физическая подготовка**
Теория: Знакомство с понятием «специальная физическая подготовка», цели, задачи. Основные понятия – быстрота, ловкость, координация движений.
Практика: упражнения для развития быстроты, упражнения для развития ловкости, упражнения на развитие координации движений.

Раздел 4. **Техника**
Теория: Знакомство с понятием «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – ведение мяча, передача мяча, дриблинг, финты, остановка мяча.
Практика:

- **Удары по мячу ногой**. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному.
- **Остановка мяча.** Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек;
- **Обманные движения** (финты);
- **Техника передвижений.** Приставной шаг. Перемещение спиной вперёд. Бег.

Раздел 5. **Тактика**
Теория: Знакомство с понятием «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные действия в игре. Взаимодействие.
Практика: тактика нападения – индивидуальные действия (открывание и выход на мяч); тактика защиты – индивидуальные действия (перехват мяча).

Раздел 6**. Тестирование**
Теория: ознакомление с нормативами, соответствующими данной возрастной группы.
Практика: приём нормативов.

Раздел 7. **Участие в соревнованиях**
Теория: Инструктаж по ТБ

Практика: Участие в соревнованиях разного уровня. Анализ игры.

Раздел 8. **Итоговое занятие**
Теория: Подведение итогов учебного года для воспитанников и родителей. Планы и перспективы на следующий учебный год.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

144 часов
2 раза в неделю по 2 часа

	Название раздела и темы	**Общее кол-во часов**	**Дата проведения**
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Повторение правил игры. Показ более сложных приемов в игре	1	1 недля
2	Учебная игра	1	
3	Анализ игры	1	
4	Способы ведения	1	
5	Координация	1	2 неделя
6	Обучение ударам по мячу	1	
7	Ведения + Удар	1	
8	Обучение обманных движений	1	
9	Обыгрыш 1в1	1	3 неделя
10	Отработка специальных действий	1	
11	Отработка передач мяча	1	
12	Прием мяча разными способами	1	
13	Эстафеты с ведением и обводкой	1	4 неделя
14	Удары по мячу.	1	
15	Соревнование	1	
16	Обучение передачи мяча	1	
17	Отбор мяча	1	5 неделя
18	Обучение ударов	1	
19	Обучение ведения	1	
20	Соревнование	1	
21	Обучение приемов	1	6 неделя
22	Обучение обводки	1	
23	Развитие общей выносливости	1	
24	Обучение приемов	1	

25	Развитие ловкости	1	7 неделя
26	Соревнование	1	
27	Игры в неравных составах	1	
28	Игра 2в1	1	
29	Игра 3в2	1	8 неделя
30	Соревнование	1	
31	Развитие быстроты	1	
32	Тактика игры	1	
33	Развития координации	1	9 недля
34	Техника игры	1	
35	Совершенствование ударов	1	
36	Развитие скорости	1	
37	Учебная игра	1	10 неделя
38	Удары по мячу.	1	
39	Соревнование	1	
40	Обучение передачи мяча	1	
41	Прием мяча	1	11 неделя
42	Анализ игры	1	
43	Тактика игры	1	
44	Учебная игра	1	
45	Мини-игры	1	12 неделя
46	Игра 2в2	1	
47	Игра 3в3	1	
48	Развитие общей выносливости	1	
49	Обучение передач мяча	1	13 неделя
50	Обучение приемов	1	
51	Обучение обводки	1	
52	Удары по мячу.	1	
53	Обучение обманных движений	1	14 неделя
54	Обучение передачи мяча	1	
55	Остановка мяча	1	
56	Передачи в сочетании с ударами	1	
57	Учебная игра	1	15 неделя
58	Соревнование	1	
59	Развитие быстроты	1	
60	Обучение передач	1	
61	Обучение игры головой	1	16 неделя
62	Соревнование	1	
63	Развитие силы	1	
64	Обучение ведения	1	
65	Учебная игра	1	17 неделя
66	Обучение передач	1	
67	Обучение ведения	1	
68	Обучение передач	1	

69	Обучение приемов	1	18 неделя
70	Соревнование	1	
71	Обучение обводки	1	
72	Спортивные, подвижные игры, эстафеты	1	
73	Тестирование	1	19 неделя
74	Тестирование	1	
75	Удары по мячу.	1	
76	Обучение обманных движений	1	
77	Обучение передачи мяча	1	20 неделя
78	Остановка мяча	1	
79	Обучение атакующих действий	1	
80	Обучение ведения	1	
81	Обучение передач мяча	1	21 неделя
82	Обучение приемов	1	
83	Обучение обводки	1	
84	Техника игры	1	
85	Прием мяча	1	22 неделя
86	Удары по мячу.	1	
87	Обучение обманных движений	1	
88	Обучение передачи мяча	1	
89	Соревнование	1	23 неделя
90	Обучение передач мяча	1	
91	Обучение приемов мяча	1	
92	Техника игры	1	
93	Учебная игра	1	24 неделя
94	Развитие координационных способностей	1	
95	Тактика игры	1	
96	Прием мяча	1	
97	Спортивные и подвижные игры	1	25 неделя
98	Тестирование	1	
99	Тестирование	1	
100	Соревнование	1	
101	Удары по мячу.	1	26 неделя
102	Обучение обманных движений	1	
103	Обучение передачи мяча	1	
104	Остановка мяча	1	
105	Тактика игры	1	27 неделя
106	Удары по мячу	1	
107	Остановка мяча	1	
108	Тактика игры	1	
109	Спортивные, подвижные игры, эстафеты	1	28 неделя
110	Тестирование	1	
111	Тестирование	1	
112	Удары по мячу.	1	

113	Обучение обманных движений	1	29 неделя
114	Обучение передачи мяча	1	
115	Остановка мяча	1	
116	Обучение атакующих действий	1	
117	Обучение ведения	1	30 неделя
118	Обучение передач мяча	1	
119	Обучение приемов	1	
120	Обучение обводки	1	
121	Техника игры	1	31 неделя
122	Прием мяча	1	
123	Удары по мячу.	1	
124	Игры в неравных составах	1	
125	Игра 2в1	1	32 неделя
126	Игра 3в2	1	
127	Обучение передач мяча	1	
128	Обучение приемов мяча	1	
129	Техника игры	1	33 неделя
130	Учебная игра	1	
131	Развитие координационных способностей	1	
132	Тактика игры	1	
133	Прием мяча	1	34 неделя
134	Спортивные и подвижные игры	1	
135	Тестирование	1	
136	Тестирование	1	
137	Соревнование	1	35 неделя
138	Удары по мячу.	1	
139	Мини-игры	1	
140	Игра 2в2	1	
141	Игра 3в3	1	36 неделя
142	Удары по мячу	1	
143	Тактика игры	1	
144	Итоговое занятие	1	
	144 часов	**ИТОГО в год**	

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для перевода на следуюший год обучения, учащиеся каждой учебной группы должны выполнить 8 базовых упражнений. За каждое упражнения начисляются баллы. Количество баллов для перехода на следующий год обучения равна двадцать четыре балла.

Нормативы

№	**Возраст**	**7-8 лет**			**8-9 лет**			**9-10 лет**		
	Баллы	5	4	3	5	4	3	5	4	3
Физическая подготовка										
1	Челночный бег 3х10 м. (сек.)	10,9	11,1	11,5	10,7	10,9	11,1	10,5	10,7	10,9
2	Бег 30 метров (сек.)	7,2	7,7	8,2	7,1	7,6	8,0	7,0	7,5	7,9
3	Прыжок в длину с места (см.)	110	105	100	112	107	102	114	109	104
4	Выносливость: Бег 1 км (мин.)	Без учета времени	Без учета времен	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
Техническая подготовка										
5	Жонглирование (количество раз)	3	2	1	3	2	1	4	2	1
6	Ведение мяча 30 метров (сек.)	17,0	17,5	18,0	16,5	17,0	17,5	16,0	16,5	17,0
7	Удар на дальность верхом (с попаданием в коридор) (метры)	Без учета расстоя ния	Без учета рассто яния	Без учета расстоя ния	Без учета расстоя ния	Без учета расстоя ния	Без учета расстоя ния	Без учета рассто яния	Без учета рассто яния	Без учета расстоя ния
8	Удары на точность 10 метров (10 попыток) (количество попаданий)	3	2	1	3	2	1	4	2	1

№	**Возраст**	**6-7 лет**			**7-8 лет**			**8-9 лет**		
Баллы		5	4	3	5	4	3	5	4	3
Физическая подготовка										
1	Челночный бег 3х10 м. (сек.)									
2	Бег 30 метров (сек.)									
3	Прыжок в длину с места (см.)									
4	Выносливость: Бег 1 км (мин.)									
Техническая подготовка										
5	Жонглирование (количество раз)									
6	Ведение мяча 30 метров (сек.)									
7	Удар на дальность верхом (с попаданием в коридор) (метры)									
8	Удары на точность 10 метров (10 попыток) (количество попаданий)									

Информационные источники:

Список рекомендованной литературы для педагога:

1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 2008
2. Буйлин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 2006
3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М.: Олимпия PRESS, 2004
4. Гагаева Г.М. Психология футбола. - М.: ФиС, 2008
5. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 2000
6. Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 2009
7. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008
8. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов. – Шпорт. Словацкое физ. издательство, 2011
9. Лаптев А.П. Юный футболист. – М.: ФиС, 2009
10. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 2007
11. Филин В.П., Фомин В.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 2009.

Список рекомендованной литературы для детей и родителей:

1. Касаткина А. Из чего сделаны дети. - М.: ФиС, 2010
2. Спорт. Физическая культура. Моя первая энциклопедия. Учебно-методическое издание. - М. ФиС, 2000
3. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений. - М. ФиС, 2010.

Интернет - источники:

1. **Детско-юношеский футбол СПб: www.vk.com/clubffsp97**
2. **Федерация футбола СПб: www.ff.spb.ru**
3. **Футбол тренировочные процессы: www.vk.com/footballcoaching**
4. **Федерация пляжного футбола СПб: www.beachsoccer.ru**
5. **Мини-футбол для детей: www.cuppercup.ru**
6. **Футбол детские турниры и сборы: www.soccercups.ru**

Диагностические материалы

Для выявления качества знанй, умений, навыков и уровня воспитанности учащихся проводится:
- входная диагностика (в начале учебного года)
- текущая диагностика (в течение учебного года)
- итоговая диагностика (в конце учебного года).

Форма контроля:
- Опрос
- Зачет
- Тестирование
- Анализ
- Соревнование.

Формы подведения итогов реализации программы:
1. Анализ работы
2. Сдача нормативов
3. Участие в соревнованиях.