

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №12 ИМЕНИ  
ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИЛЬИ СЕРГЕЕВИЧА ДЕМЬЯНЕНКО  
СТАНИЦЫ НОВОБЕЙСУГСКОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ВЫСЕЛКОВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании  
педагогического совета  
от "16" июля 2022г.

Протокол № 12

Утверждаю

Директор МБОУ СОШ №12

\_\_\_\_\_ И.В.Ищенко

м.п. "16" июля 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ**

**«Футбол»**

**Уровень программы:** базовый

**Срок реализации программы:** 1 год (68 часов)

**Возрастная категория:** от 10-13 лет

**Состав группы:** 15 человек

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**ID – номер Программы в Навигаторе:** \_\_\_\_\_

Автор-составитель:

*Ищенко Николай Семёнович*

*педагог дополнительного образования*

ст. Новобейсугская 2022г.

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»
Организация, реализующая программу	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №12 имени Героя Советского Союза Ильи Сергеевича Демьяненко станции Новобейсугской муниципального образования Выселковский район
Адрес	353145 Краснодарский край, Выселковский район, станция Новобейсугская, улица Ленина 4
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Сроки реализации	1 год
Форма образовательного процесса	Спортивная секция
Возрастной диапазон	10-12 лет
Уровень программы	Базовый
Объем часов	68 ч
Авторы программы	Ищенко Н.С., педагог дополнительного образования

**1. Раздел 1**  
**«Комплекс основных характеристик образования:**  
**объем, содержание, планируемые результаты»**  
**1.1. Пояснительная записка**

Программа «Футбол» является модифицированной дополнительной общеразвивающей программой физкультурно-спортивной направленности, разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее–ФЗ №273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р (далее– Концепция).
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.
4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержденный 30ноября 2016 г. протоколом заседания президиума при Президенте РФ.
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г.
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 15апреля 2019г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием».
8. Приказ Министерства экономического развития РФ Федеральной службы Государственной статистики от 31 августа 2018 г. №534 «Об утверждении статистического инструментария для организации федерального статистического наблюдения за дополнительным образованием детей».
9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (далее– Приказ №2)
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014г. №41 «Об утверждении СанПиН2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций

дополнительного образования детей».

12. Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. №298 н « профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018г., регистрационный № 25016).

13. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» №ВК-1232/09 от 28 апреля 2017г.

14. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015г. Министерство образования и науки РФ.

15. План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014г. N1726-р

16. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020г.

**Направленность.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» относится к программам **физкультурно-спортивной** направленности и предназначена для детей в возрасте 10-12 лет. Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся два раза в неделю.

**Актуальность дополнительной общеразвивающей программы** обусловлена тем, что сегодня на смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные, у ребёнка остается всё меньше времени для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками, всё это негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей детей. Подвижные игры с элементами спорта (футбола) способствуют развитию двигательных способностей:

- скоростно-силовых, координационных, требующих выносливости, силы, гибкости;

- позволяют проявлять самостоятельность, активность, творчество.

Реализация программы восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей, в связи с высокой гиподинамичностью в обычной жизни, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

**Новизна программы** в том, что, она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования к обучающимся в процессе обучения. Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано

и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребёнка, что нашло отражение в Национальной доктрине образования в Российской Федерации, Федеральной программе развития образования.

Физкультурно - спортивная работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребёнка, формирование здорового образа жизни.

Ведь на современном этапе состояние здоровья подрастающего поколения вызывает большую тревогу. Из-за негативных для здоровья последствий научно-технического прогресса и неблагоприятного климата, все острее становится проблема рационального использования оздоровительного эффекта средств физической культуры. Только увеличение двигательной активности, занятия спортом в рамках системы дополнительного образования создадут условия для позитивных изменений в состоянии здоровья и адаптации организма детей к физическим нагрузкам, значительно повысят их интерес к занятиям физической культурой и спортом. Прекрасную возможность в решении данных проблем предоставляют занятия детей различными видами спорта. Футбол, как нельзя лучше приспособлен для кардинального решения проблем двигательной активности и здоровья подрастающего поколения.

**Педагогическая целесообразность.** Футбол – это командный вид спорта. В футболе, как в командной спортивной игре, выигрывает и проигрывает команда в целом, а не отдельные спортсмены. Соревновательное противостояние футболистов происходит в пределах установленных правил посредством присущих только футболу соревновательных действий — приемов игры (тактики). При этом обязательным является наличие соперника. В футболе цель каждого фрагмента состязания состоит в том, чтобы доставить предмет состязания (мяч) в определенное место (ворота) соперников и не допустить этого в отношении себя. Это определяет единицу состязания — блок действий типа «защита — нападение», который включает также действия по разведке, дезинформации, конспирации и т.п. Важная особенность состоит в большом количестве соревновательных действий — приемов игры. Необходимость выполнять эти приемы многократно в процессе соревновательной деятельности (в одной встрече, серии встреч) для достижения спортивного результата (выигрыша встречи, соревнования) обуславливает требование надежности, стабильности умений навыков каждого игрока в соответствии с игровым амплуа.

**Отличительными особенностями данной программы является:** организация учебно-тренировочного процесса в условиях разновозрастной группы, дифференцированное распределение физических нагрузок и требований с учетом возрастных особенностей всех обучающихся. В результате освоения программного материала у обучающихся формируется культура отношения к своему здоровью, происходит качественное изменение личности: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы

раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

**Адресат программы:** обучающиеся 10-12 лет. Набор обучающихся в объединение формируется на основании заявлений родителей.

**Уровень программы** Программа ознакомительного уровня.

**Объем программы:** Содержание данной программы рассчитано на систему двухразовых занятий в неделю продолжительностью 1 академически 1 час. Выполнение нормативного объема учебного времени достигается сложением времени учебных занятий и затратами времени на соревновательную деятельность.

**Форма обучения и виды занятий:** форма обучения – очная.

**Срок освоения программы.** Программа рассчитана на 1 год обучения, 34 учебные недели

**Режим занятий:** Количество занятий в неделю составляет 2 занятия продолжительностью 1 час.

**Особенности организации образовательного процесса.** Особенностью данной программы является её реализация в системе дополнительного образования для детей разных возрастов и различной физической подготовленности. В секцию принимаются все желающие дети, допущенные врачом. Набор детей в объединение свободный, без каких-либо конкурсных испытаний.

Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся в течение 1 часа 2 раза в неделю.

Отличительной особенностью Программы и основным механизмом формирования теоретических знаний и развития физических умений и навыков на занятиях является использование системно - деятельностного подхода в обучении.

Основные методы, используемые при организации тренировочного процесса: непрерывный, повторный, круговой.

Методы, используемые при организации образовательного процесса:

- метод словесной передачи знаний и руководства действиями воспитанников: объяснение, рассказ, беседа, инструкция, указание;
- наглядный метод обучения техники и тактики: демонстрация (поэтапный показ), разучивание, анализ и разработка вариантов технико - тактических действий;
- игровой метод: использование подвижных, спортивных игр и творческих заданий в процессе тренировки и соревнований.

**Цель и задачи Программы:**

**Цель программы:**

-разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой игры в футбол;

- приобретение знаний, умений необходимых футболистам;

- воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

## **Задачи программы**

### **Образовательные**

- поэтапное обучение техническим приемам игры и тактическим действиям, постепенный переход к их совершенствованию на базе роста физических и психических возможностей учащихся;
- повышение игровой культуры на основе изучения правил игры в футбол и игрового опыта
- обучение практическим навыкам организации и судейства соревнований по футболу;

### **Развивающие**

- развитие игрового мышления на основе расширения вариативности игровых приемов, взаимодействия партнеров;
- развивать физические способности учащихся

### **Воспитательные**

- воспитание игровой дисциплины, самостоятельности, ответственности и инициативности в выборе и принятии решений;
- формирование потребности в регулярных занятиях спортом, навыков самоконтроля, гигиенических навыков, воспитание трудолюбия, выдержки.
- воспитание волевых качеств

## **1.2. Учебный план программы и его содержание.**

На этапе обучения занимающийся:

- владеет простейшими умениями и навыками в действиях с мячом (подбрасывает, ловит, толкает мяч ногой);
- не проявляет настойчивости в достижении результата своих действий;
- не в совершенстве владеет спортивными умениями и навыками;
- стремится проявлять настойчивость в достижении результата своих действий.

Уже на промежуточном этапе у занимающихся формируются регулятивные, социальные, аналитические, творческие компетенции и компетенции самосовершенствования.

На этапе завершения обучения наблюдается:

- повышение у занимающихся уровня физического развития и физической подготовленности;
- овладение техническими элементами футбола.

У занимающихся сформированы регулятивные, социальные, аналитические, творческие компетенции, компетенции самосовершенствования, умения и навыки, необходимые для осуществления различных видов детской деятельности, он:

- имеет представление о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, личной гигиене и закаливании;

- имеет навыки безопасного поведения в подвижных и спортивных играх, при пользовании спортивным инвентарем и оборудованием;

- выполняет правильно все виды основных движений (ходьба, бег, прыжки), владеет мячом в индивидуальной деятельности и в процессе командной игры.

№	Разделы подготовки	Количество часов
1	Теоретическая подготовка	В процессе занятий
2	Охрана труда и техника безопасности	
3	Общая физическая подготовка	8
4	Специальная физическая подготовка	4
5	Техническая подготовка	18
6	Тактическая подготовка	4
7	Общее количество часов	34

### 1.3. Содержание учебного плана

**Развитие футбола в России.** Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России.

**Правила игры в футбол.** Разбор и изучение правил игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся. Совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий футболом. Значение систематических занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

**Места занятий оборудование.** Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

## **Гигиенические знания и навыки. Закаливание**

Режим и питание спортсмена. Гигиена. Общее понятие о гигиене. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, ногами. Гигиена полости рта.

Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна. Гигиенические основы режима учебы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена.

Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.

Закаливание. Значение закаливания для повышения работоспособности и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям, роль закаливания в занятиях спортом. Гигиенические основы, средства закаливания и методика их применения. Использование естественных природных сил (солнца, воздуха, воды) для закаливания организма.

Питание. Значение питания как фактора борьбы за здоровье. Понятие о калорийности и усвояемости пищи. Вредное влияние курения, употребления спиртных напитков, наркотиков на здоровье и работоспособность спортсменов.

## **Врачебный контроль и самоконтроль**

Оказание первой медицинской помощи. Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Понятие о «спортивной форме».

## **Общая и специальная физическая подготовка**

Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена. Общая и специальная физическая подготовка. Краткая характеристика средств общей и занятий по физической подготовке.

Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различной специальной физической подготовки, применяемых в процессе тренировочных занятий с юными футболистами. Взаимосвязь между развитием основных двигательных качеств.

Контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовке для юных футболистов. Развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта; освоение комплексов физических упражнений; укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны, и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в

упор, лёжа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с мячом. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат».

Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением 30 м. Бег медленный до 10 мин. Бег 6 x 20 м.

Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Квадрат». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 20 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

**Техника игры в футбол.** Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча

внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Техника передвижения. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу; вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Введение мяча из-за боковой линии. Введение мяча на точность (с ограничением по времени): под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

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. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногами: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

**Тактика игры в футбол.** Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в футбол.

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногами; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

**Тактика нападения.** Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров 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 способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар;

короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, введении мяча (не менее одной по каждой группе).

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

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

**Тактика вратаря.** Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», ввести мяч в игру открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

## **Планируемые результаты**

В конце изучения программы, то есть умение играть в футбол в команде. Формирование здорового образа жизни занимающихся, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол, привитие любви к спортивным играм.

Занимающиеся овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в футбол.

Занимающиеся должны знать и иметь представление:

- об особенностях зарождения, истории футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии футболом и правила его предупреждения.

Занимающиеся должны уметь:

- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико – техническими приемами футбола.

В данную программу заложены следующие принципы:

- принцип индивидуализации, предполагающий учёт личных возможностей и способностей ребёнка;
- принцип доступности, последовательности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по футболу это своеобразный интерактивный курс развития физических качеств и двигательных навыков для детей 10-12 лет.

В результате работы по Программе дети будут иметь определённый и достаточно прочный запас двигательных умений и навыков, физических качеств, хорошую координацию движений. Всё это позволит им успешно справляться с нагрузками в школе, сохранять правильную осанку на уроках, проявлять усидчивость, умение слушать, педагога не отвлекаясь. Родители воспитанников – поднимутся на новый уровень развития партнёрских отношений, способствующий достижению позитивной открытости между воспитанниками, родителями и педагогами. Педагоги – смогут добиться высоких показателей усвоения образовательной программы в области «Физического развития», тем самым развивая физическую культуру и укрепляя физическое здоровье школьников.

**2. Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий,  
включающий формы аттестации»**

**2.1. Календарный учебный график**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятий	Форма занятий	Место проведения занятий	Формы контроля
1		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1		Беседа инструктаж по ТБ	Спортивный зал/ стадион	
2		Физическая подготовка. Челночный бег, изучение упражнения «квадрат».	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Опрос
3		Повторение материала, изученного ранее. Физическая подготовка. Бег с изменением направления.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	
4		Повторение материала, изученного ранее. Физическая подготовка. Бег, прыжки с выпрыгиванием вверх, изучение упражнения «контроль мяча».	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Тестирование
5		Повторение материала, изученного ранее. Физическая подготовка. Прыжки через модули через круг легкого бега.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

6		Повторение материала, изученного ранее. Физическая подготовка. Бег с изменением направления, «квадрат».	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
7		Повторение материала, изученного ранее. Физическая подготовка. Челночный бег, удары по воротам.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
8		Повторение материала, изученного ранее. Отработка техники передвижения и владения мячом, остановка, приём мяча.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
9		Повторение материала, изученного ранее. Передвижение спиной вперёд, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
10		Повторение материала, изученного ранее. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
11		Повторение материала, изученного ранее. Подвижные игры.	1		Фронтальная, Индивидуальная,	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

					учебная игра		
12		Повторение материала, изученного ранее. Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1		Фронтальная, Индивидуальная,	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
13		Повторение материала, изученного ранее. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
14		Повторение материала, изученного ранее. Общеразвивающие упражнения в парах.	1		Фронтальная, Индивидуальная,	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
15		Повторение материала, изученного ранее. Эстафета на закрепление и совершенствование технических приёмов	1		Фронтальная, Индивидуальная,	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
16		Повторение материала, изученного ранее. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1		Фронтальная, Индивидуальная,	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
17		Повторение материала, изученного ранее. Ведение мяча до центра с последующим	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

		ударом по воротам, изучение новых технических приёмов.					
18		Повторение материала, изученного ранее. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
19		Повторение материала, изученного ранее. Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
20		Повторение материала, изученного ранее. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
21		Повторение материала, изученного ранее. Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, «змейка»+ удар.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
22		Повторение материала, изученного ранее. Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
23		Повторение материала, изученного ранее. Развитие	1		Фронтальная,	Спортивный зал/	Индивидуальный

		гибкости, старты из различных положений.			Индивидуальная	стадион	
24		Повторение материала, изученного ранее. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
25		Повторение материала, изученного ранее. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приёмов.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
26		Повторение материала, изученного ранее. Специальные упражнения. Жонглирование мячом.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
27		Повторение материала, изученного ранее. Изучение технических приёмов, приём мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
28		Повторение материала, изученного ранее. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

29		Повторение материала, изученного ранее. Обучение финтам, салки вокруг ориентира, бег в «квадрате».	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
30		Повторение материала, изученного ранее. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
31		Повторение материала, изученного ранее. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
32		Повторение материала, изученного ранее. Ведение мяча + удар по воротам.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
33		Повторение материала, изученного ранее. Тактическая подготовка, перебежки.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
34		Повторение материала, изученного ранее. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
35		Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

36		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
37		Техника игры вратаря.	1		Фронтальная, Индивидуальная,	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
38		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника передвижений, техника передвижений, поворотов, остановок.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
39		Тактика игры в футбол.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
40		Бег. ОРУ, специальные упражнения, эстафеты.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
41		Упражнения для развития умения «видеть поле».	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
42		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника ведения мяча.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

43		Тактика нападения.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
44		Бег. ОРУ, техника ударов по мячу.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
45		Индивидуальные действия с мячом.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
46		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват)	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
47		Групповые действия с мячом.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
48		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват).	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
49		Тактика защиты.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

50		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
51		Групповые действия защиты.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	
52		Тактика вратаря	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
53		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника).	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
54		Правильная остановка мяча.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
55		Бег. ОРУ, специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты).	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

56		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника защиты.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
57		Бег. ОРУ, специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
58		Специальные упражнения для развития ловкости.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
59		Бег. ОРУ, специальные упражнения, развитие координационных способностей.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
60		Бег. ОРУ, специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
61		Бег. ОРУ, специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

		способностей.					
62		Бег. ОРУ, специальные упражнения, овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
63		Бег. ОРУ. Удары по мячу ногами.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
64		Бег. ОРУ, закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
65		Бег. ОРУ, освоение тактики игры, «снайперы».	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
66		Бег. ОРУ, специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника).	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
67		Бег. ОРУ, специальные упражнения, освоение тактики	1		Фронтальная, Индивидуальная,	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

		игры, игра на внимание.			учебная игра		
68		Бег. ОРУ, игра по упрощенным правилам.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
69		Легкоатлетические упражнения.	1		Фронтальная, Индивидуальная	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный
70		Подвижные игры и эстафеты.	1		Фронтальная, Индивидуальная, учебная игра	Спортивный зал/ стадион	Индивидуальный

## 2.2 Условия реализации программы

**Кадровое обеспечение:** тренер -преподаватель, образование высшее педагогическое, специальность «Учитель физической культуры».

**Методическое обеспечение:** Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» имеет развернутое календарно-тематическое планирование, содержащее детальное разделение учебного времени на теоретическую и практическую части.

### **Дидактические материалы:**

- Картотека упражнений по футболу.
- Схемы и плакаты освоения технических приемов в футболе.
- Правила игры в футбол.
- Правила судейства в футболе.
- Регламент проведения футбольных турниров различных уровней.
- Положение о соревнованиях по футболу.

### **Методические рекомендации:**

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с футбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по футболу.
- Инструкции по охране труда.

### **Материально-техническое обеспечение:**

- Основной учебной базой для проведения занятий является стадион Новобейсугского сельского поселения и спортивный зал МБОУ СОШ №12 им. И.С. Демьяненко станицы Новобейсугской.

- мячи футбольные 20 штук;
- футбольные ворота;
- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта;
- стойки и «пирамиды» для обводки;
- комплект футбольных накидок (манишки);
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- компрессор для накачки мячей;
- свисток;
- видеоматериалы о технических приёмах в футболе.

### 2.3.Формы аттестации

Требования к результатам освоения и условиям реализации Программы.

Педагогический контроль и оценка подготовленности футболистов являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации педагоги должны использовать следующие виды контроля:

- этапный;
- текущий;
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода занятий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль даёт возможность оценить состояние занимающихся в течение дня.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности футболистов на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения применяется тренером-преподавателем в качестве оперативного контроля. В процессе работы с футболистами тренеры-преподаватели осуществляют свои наблюдения постоянно. Это даёт им возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом занимающимся. Например, для изучения и оценки индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы мини-футболистов на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, тренеры-преподаватели получают возможность вносить изменения в педагогические воздействия на занимающихся.

Контрольные нормативы содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет тренеру-преподавателю определить степень усвоения учебного материала.

#### Формы контроля уровня достижений занимающихся

№	Контрольные упражнения	Возраст 6 лет
1	Бег 30 м (с)	6,6
2	Бег 300 м (с)	89
3	Прыжок в длину с места (см.)	115

4	Бег 30 м. с ведением мяча (с.)	9,0
5	Удар по мячу ногой на дальность (м.)	20
6	Жонглирование мячом (количество ударов)	7-8
7	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам 30 м.(с)	14,0
8	Бросок мяча рукой на дальность (м.)	6 – 7

#### Условия выполнения упражнений:

1.Бег на 30, 300, и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по лёгкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

2.Бег на 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта), мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок оставит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша.

3.Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по неподвижному мячу. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

4.Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъёма, внутренне и внешней стороной стопы, бедром) и головой в любой последовательности, не повторяя один способ удара два раза подряд.

5.Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м. от линии штрафной площади). Вести мяч, далее обвести «змейкой» четыре стойки (первая стойка ставится на линию штрафной площади, далее в центре через каждые 2 м. ещё три стойки), и, не доходя до 6-метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Из трёх попыток засчитывается лучший результат.

6.Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более четырёх шагов) выполняется по коридору шириной 3м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трёх попыток.

7.Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся.

## **Иные оценочные материалы**

Оценка личностных результатов – это оценка достижения занимающихся в ходе их личностного развития планируемых результатов в ходе всех компонентов образовательного процесса, включая внеурочную деятельность. В соответствии достижения занимающихся личностных результатов не выносятся на итоговую оценку, а является предметом оценки эффективности воспитательно-образовательной деятельности. В текущем образовательном процессе возможна ограниченная оценка отдельных личностных результатов:

- соблюдение норм и правил поведения;
- участие в общественной жизни и общественно полезном труде;
- ответственность за результаты обучения.

В соответствии с требованиями оценка этих достижений проводится в форме, не представляющей угрозы личности, психологической безопасности занимающихся и используется исключительно в целях личностного развития занимающихся.

## **2.5. Методические материалы.**

### **Методы и формы обучения.**

Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, также выделяют и отдельные занятия – семинары по судейству, где подробно изучаются содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям футболом и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач используются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

**Словесные методы:** создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды указания.

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

### **Практические методы:**

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

**Главным из них является метод повтора упражнений, который предусматривает многократное повторение движений, для выработки устойчивого навыка.**

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

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

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

#### **Формы обучения:**

- индивидуальная;
- фронтальная;
- групповая;
- поточная

#### **Методика проведения занятия**

*Вступительная часть:* познакомить учащихся с темой занятия.

*Подготовительная часть:* познакомить учащихся с задачами, планом занятия.

*Основная часть:* Ознакомление, обучение, совершенствование, тестирование программного материала и т. д. в зависимости от поставленной задачи и программного материала.

*Заключительная часть:* Закрепление изученного материала.

Такая методика занятия применяется в каждом разделе.

## **2.6. Список литературы**

#### **Для педагога:**

1. В.Г. Фролов, Г.П. Юрко « *Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста*» Изд – во « Просвещение». Москва 1983 г.
2. Под общей редакцией В.И. Козловского перевод статей венгерских авторов Б. Вирцер « *Подготовка футболистов*» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1977 г
3. Н.В. Зимкин « *Физиологическая характеристика и методы определения выносливости в спорте*» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1972 г.
4. В.Ю. Верхошанский « *Основы специальной соловой подготовки в спорте*» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1977 г.
5. А.О.Романов « *Учебник спортсмена*» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1964 г.
- М.Г. Каменцер « *Спортикола в школе*». Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1985 г.
6. С.Н. Андреев « *Играй в мини- футбол*» Изд – во « Советский спорт» Москва 1989 г.

- К. Гриндлер, Х. Пальке, Х. Хеммо « *Техническая и тактическая подготовка футболистов*» Изд – во: «Физкультура и спорт». Москва 1976 г.
7. А.П. Лаптев, А.А. Сучилина « *Юный футболист*» Изд – во: «Физкультура и спорт». Москва 1983 г.
8. А. Исаев, Ю. Лукашин. « *Футбол*» Изд – во: «Физкультура и спорт». Москва 1967 г.
9. Утверждена комитетом по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР «*Футбол*» программа для детско – юношеских школ и специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва Изд – во: Москва 1977 г.
10. Г.С. Зонин «*Особенности учебно- тренировочной работы с юными футболистами в процессе многолетней подготовки*» Изд – во: Федерация футбола Татарстан 2003 г.
11. Шон Грин «Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 5-8 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
12. Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «*Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры*» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.
13. Фонд национальная академия футбола. Массимо Люкези «*Обучение системе игры 4-3-3*» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.
14. Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «*Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов*» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.
15. Фонд национальная академия футбола. Робин Джоунс, Том Трэнтер «*Футбол. Тактика защиты и нападения*» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.
16. Мартин Бидзинский «Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста». Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г
17. Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.
18. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом М., ФиС, 1981г., образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

#### **Для учащихся и родителей:**

1. Зотов Ю.И. Воспитание подростков в спортивном коллективе - М.: W Физкультура и спорт, 2011.-102с.

2. Назарова Е. Н., Жилов Ю. Д. Основы здорового образа жизни – М.: Академия, 2016
3. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. / Под ред. Ю.П. Кобякова. - Ростов: Феникс, 2014.

### **Интернет - ресурсы**

- [Спорт.ру](#) — Здесь Вы найдете ежедневные спортивные новости и аналитические обзоры спортивных журналистов. Комментарии российских тренеров и специалистов. Сможете пообщаться на Форуме. Регистрация не нужна.
- [ФизкультУРА](#) — На сайте можно смотреть видео, читать и скачивать статьи, программы, книги о спорте, воспитании, оздоровлении, физиологии. Представлено много материала по методике и технике обучения в отдельных видах спорта. Удобный поиск материала по карте сайта. Регистрация не нужна.
- [Sports.ru](#) — спортивный портал. Ежедневные спортивные новости и аналитические обзоры спортивных журналистов. Текстовые трансляции спортивных событий; инфографика. Комментарии российских тренеров и специалистов. Форум.
- [consultant.ru](#) — Законодательство в сфере физической культуры и спорта