Документ подписан усиленной
квалифицированной электронной подписью
Хмелевцева Любовь Леонидовна
директор
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 625 С УГЛУБЛЕННЫМ
ИЗУЧЕНИЕМ МАТЕМАТИКИ НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА ИМЕНИ
ГЕРОЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ В.Е.ДУДКИНА
00D307004C97F5E2F018FBF7CAD785E18F
Срок действия с 20.04.2026 до 14.07.2027
УЦ: Федеральное казначейство

реждение средняя
чением математики
ской Федерации В. Е.

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета
ГБОУ СОШ № 625
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 31.08.2026 года

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ СОШ №625
Невского района Санкт-Петербурга
_____ Хмелевцева Л.Л.
Приказ №558 от 31.08.2026 года

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»

возраст обучающихся: 6-14 лет срок реализации: 1 год
Составитель: педагог дополнительного образования
Сушкин Вячеслав Владимирович

Санкт-Петербург

2026

Пояснительная записка

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Нормативно-правовая основа программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции).
2. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (в действующей редакции).
3. Закон Санкт-Петербурга от 17.07.2013 № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге» (в действующей редакции).
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.06.2026 № 19 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 “Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи”».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 “Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания”» (в действующей редакции).

Физкулътурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни и осуществляется не только за счет увеличения количества спортивных школ, но и за счет развития других форм внеклассной и внешкольной работы с детьми, создания физкультурно-оздоровительных и спортивных секций.

Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние. В процессе тренировок и игр у детей занимающихся футболом, совершенствуется функциональная деятельность, обеспечивается правильное физическое развитие.

Занятия по программе дополнительного образования «Король футбола» направлены на общее развитие обучающихся, на приобретение устойчивого интереса к занятиям футболом в дальнейшем, но не может дать детям профессиональной подготовки. При этом происходит выявление перспективных детей и подростков для последующего совершенствования их спортивного мастерства в спортивных школах.

Программа дополнительного образования позволяет последовательно решать задачи физического воспитания обучающихся на протяжении всего периода обучения, формируя целостное представление детей о физической культуре, ее возможностях в улучшении состояния здоровья. Основой подготовки обучающихся является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта. Физические нагрузки распределяются с учётом возрастных особенностей учащихся.

Технические приемы, тактические действия и игра содержат в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Игровая деятельность имеет уникальные возможности не только для физического развития, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Актуальность образовательной программы состоит в том, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует

увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения вне учебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта футбол в нашей стране.

Отличительная особенность данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях сориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Адресат программы: программа курса «Король футбола» рассчитана на обучающихся 6-7 лет, без специальной подготовки, не имеющих медицинских противопоказаний, желающих повысить свой общефизический уровень.

Цель: обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся, посредством игры в футбол. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Задачи:

- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
- обеспечение общефизической подготовки;
- овладение основами игры в футбол;
- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;

Обучающие:

- формирование физических навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности и психофизического содержания.
- формированием правильной осанки и культуры движений; начальных умений, необходимых для самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах.
- формирование представлений о виде спорта - футбол, его возникновении, развитии и правил соревнований.

Развивающие:

- развитие всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.
- развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладании.
- развитие лидерских качеств, инициативы и социальной активности.

Воспитательные:

- воспитание у юных спортсменов чувство ответственности за свои действия перед коллективом.
- воспитание взаимопомощи и трудолюбия.
- воспитание коммуникативных качеств.

Объем и срок реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения. Режим занятий: 3 часа в неделю (60 минут с 10 минутным перерывом), всего 64 часа в год. **Условия реализации программы:**

Возраст занимающихся: 6-14 лет. В группе могут заниматься и мальчики, и девочки. Форма занятий - групповая.

Условия набора детей в коллектив: отсутствие медицинских противопоказаний.
Требования к педагогическим кадрам: высшее профессиональное образование, соответствующее профилю, наличие общих и профессиональных компетенций.

- осуществлять набор в группу спортивной и оздоровительной направленности детей и подростков, желающих заниматься физической культурой и спортом и не имеющих медицинских противопоказаний;
- отбирать наиболее перспективных обучающихся, воспитанников для их дальнейшего спортивного совершенствования;
- проводить тренировочную и воспитательную работу, используя разнообразные приемы, методы и средства обучения, современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы;
- проводить учебные занятия, опираясь на достижения в области методической, педагогической и психологической наук, возрастной психологии и школьной гигиены, а также современных информационных технологий с использованием наиболее эффективных методов спортивной подготовки обучающихся и их оздоровления;
- осуществлять связь педагогической деятельности со спортивной подготовкой;
- обеспечивать и анализировать достижение и подтверждение обучающимися, воспитанниками уровней спортивной (физической) подготовки, оценивать эффективность их обучения с использованием современных информационных и компьютерных технологий, в том числе текстовых редакторов и электронных таблиц в своей деятельности;
- участвовать в проведении родительских собраний, оздоровительных, воспитательных и других мероприятий, предусмотренных образовательной программой, в организации и проведении методической и консультативной помощи родителям, лицам, их заменяющим;
- обеспечивать повышение уровня физической, теоретической, морально-волевой, технической и спортивной подготовки обучающихся, воспитанников, укрепление и охрану их здоровья в процессе занятий, безопасность тренировочного процесса;
- вести профилактическую работу по противодействию применению обучающимися, воспитанниками различных видов допингов;
- обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся воспитанников во время образовательного процесса;
- выполнять правила по охране труда и пожарной безопасности.

Для эффективной реализации программы дополнительного образования по футболу предполагается сознание следующих **условий:**

- Футбольное поле
- Спортивный зал
- Футбольные мячи
- Набивные мячи
- Сетки для футбольных ворот
- Конусы, стойки
- Манежки

Формы занятий: тренировка, теоретическая подготовка, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр. **Принципы создания программы:**

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей ребенка;
- принцип доступности, последовательности.

Формы контроля усвоения знаний: Определение уровня усвоения знаний и овладения умениями осуществляется в процессе показательных занятий и тренировочных игр, соревнований.

Планируемые результаты:

В результате изучения курса обучающимися должны быть достигнуты определенные результаты. ***Предметные результаты***

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «физкультурно- оздоровительная деятельность», «спортивно-оздоровительная деятельность», характеризовать значение соревнований по футболу;
- раскрывать понятия: физическое качество (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость), техника выполнения упражнения, действия;
- ориентироваться в тактических действиях в футболе;
- выявлять связь занятий футболом с досуговой и урочной деятельностью;
- характеризовать роль и значение занятий футболом в режиме труда и отдыха;
- планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о соревнованиях по футболу.

Личностные результаты :

- установка на здоровый образ жизни;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой и соревновательной деятельности;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- знание основных моральных норм во время проведения тренировочных занятий, соревнований и ориентации на их выполнение.

Метапредметные результаты

- организовывать места занятий физическими упражнениями в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения технико- тактических действий в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	03.10.2026	31.05.2027	32	64	2 раза в неделю по 1 часу

Содержание программы 1 года обучения

Раздел 1. Теоретическая подготовка

1. ***Правила ТБ, ПБ,ОБЖ.*** Техника безопасности на занятиях, соблюдение гигиены, ОБЖ. Нормы гигиены и внешнего вида, требования к единой форме одежды.

2. ***Физическая культура и спорт.***

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Международное спортивное движение, международные связи российских спортсменов на Олимпийских играх.

3. ***Краткий обзор развития футбола в России и за рубежом.***

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и кубок России. Участие Российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, Мира, Олимпийские игры). Российские, Международные юношеские соревнования.

4. ***Краткие сведения о функциональных органах и системах организма, влияние физических упражнений на организм человека.***

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 физическими упражнениями для укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

5. ***Гигиена и закаливание.***

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. Использование естественных природных сил (солнца, воздуха и воды) для закаливания организма.

6. ***Правила игры.***

Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля.

7. ***Оборудование и инвентарь.***

Существующие стандарты футбольных полей и тренировочных площадок. Размеры и требования к футбольным воротам. Виды, размеры и вес мяча.

Инвентарь для учебно-тренировочных занятий.

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Общая физическая подготовка (ОФП) решает задачу повышения общей работоспособности.

В качестве основных средств, применяются, обще развивающие упражнения, как с предметами (гантели, скакалки, набивные мячи, гимнастические палки, обручи), так и без предметов, а также упражнения из других видов спорта (гимнастика, акробатика, легкая атлетика, плавание, лыжи, спортивные игры). Все эти средства оказывают общее воздействие на организм занимающихся, при этом развивается и укрепляется опорно- двигательный аппарат, совершенствуются функции внутренних органов и систем, улучшается координация движений, повышается уровень двигательных качеств, укрепляются защитные функции организма.

Скоординированное развитие основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости) - необходимое условие успешной подготовки футболиста.

1. Выносливость.

Виды выносливости: общая и специальная. Общая выносливость: работа мышц, ее влияние на организм человека. Физиологические характеристики выносливости. Средства развития выносливости

Специальная выносливость. Ее характеристики. Возможности организма. Волевые качества. Легкоатлетические упражнения для развития выносливости.

2. Силовые способности.

Общая характеристика силовых способностей. Физиологические характеристики силы. Сила мышц. Основные категории силы: статическая, динамическая, взрывная. Средства развития силовых способностей.

3. Быстрота.

Общая характеристика быстроты. Физиологические характеристики быстроты. Основные понятия: быстрота реакции и мышления, быстрота выполнения простых игровых действий, быстрота исполнения сложных игровых действий, быстрота взаимодействия футболистов. Средства развития быстроты.

4. Гибкость

Общая характеристика гибкости. Физиологические характеристики гибкости. Общая и специальная гибкость. Подвижность. Средства развития гибкости.

5. Ловкость

Общая характеристика ловкости. Физиологические характеристики ловкости.

Ловкость общая и специальная. Средства развития ловкости.

Средства развития ОФП **Обще развивающие упражнения без предметов** (развитие гибкости, силы, ловкости).

- Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибание и разгибание, вращение, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на мести и в движении.
- Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
- Упражнения для туловища.
- Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.
- Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
- Упражнения с сопротивлением.
- Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседание с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Обще развивающие упражнения с предметами (развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты).

- Упражнения с мячами - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча.
- Упражнения на месте (стоя, сидя, лежа) и в движении.
- Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча,
- Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.
- Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полу приседе.
- Упражнения с малыми мячами - броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

Акробатические упражнения (развитие ловкости)

- Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Длинный кувырок вперед. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков.
- Перекаты и перевороты.

Подвижные игры и эстафеты. (развитие ловкости, быстроты, силы)

- Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию.
- Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения (развитие быстроты, ловкости, выносливости).

- Бег на 30, 60, 100, 300, 400, 500, 800м.
- Кроссы до 1000 м (в зависимости от возраста), 6-минутный бег.
- Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега.
- Многоскоки. Пятикратный прыжок с места.

Спортивные игр:

- Ручной мяч
- Баскетбол
- Волейбол
- Хоккей с мячом (по упрощенным правилам)

Раздел 3. Техническая подготовка.

Техническая подготовка включает в себя освоение специальных знаний и умений управлять мячом, а также обучение и совершенствование взаимодействий в игровых упражнениях и самой игре, развитие творческих способностей игроков.

Различные способы перемещения.

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.

Удары по мячу ногой и головой.

Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу. Удар по воротам по движущемуся мячу. Удары на точность: в ноги партнеру, цель, на ходу двигающемуся партнеру. Удар в ворота после обводки. Игра головой с партнером. Индивидуальная игра головой.

Прием (остановка) мяча.

Отработка остановки мяча и своевременного короткого паса. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча - на месте, в движении вперед и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча.

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

Обманные движения (финты).

Обучение финтам. Финт «ложный замах на удар». Финт «ложная остановка». Финт «уход с мячом». Финт «выпад в сторону». Финт «переступание через мяч».

Отбор мяча

Перехват мяча. Отбор мяча в выпаде. Отбор мяча в полу шпагате и шпагате. Отбор мяча в подкате, толчком плеча.

Комплексное выполнение технических приемов.

Комплексные упражнения с элементами ведения и отбора мяча.

Раздел 4. Тактическая подготовка

1. Тактика игры в атаке.

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

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

Групповые действия. Взаимодействия двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча.

2. Тактика игры в обороне.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча. Умение оценивать игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изучаемым способом.

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

3. Тактика вратаря.

Правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», удар от своих ворот, введение мяча в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, правильная позиция при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Раздел 5. Игровая подготовка

1. Учебная игра.

Взаимодействие двух-трех игроков с заслоном, наведением или пересечением. Игра в защите по системе «игрок игрока» на своей половине поля или в области штрафного.

Учебная игра 5х5. Учебная игра с ограничениями. Учебная игра с дополнительными условиями.

2. Спортивные игры.

Методы организации подвижных игр. Эффективность игровых действий.

Правила и организация игр.

Виды спортивных игр. Значение спортивных игр при подготовке юных футболистов. Правила и организация спортивных игр (баскетбол, гандбол, волейбол, хоккей, ручной мяч, пионербол. и т.д.).

Раздел 7. Соревнования.

Внутригрупповые соревнования по общей физической подготовке, по подвижным и спортивным играм, учебные игры по футболу.

Межгрупповые соревнования по общей физической подготовке между группами/

Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Тема занятия	Содержание занятия	Дата проведения		
			план	факт	всего часов
Октябрь					
1	Вводное занятие. ТБ, ПБ, ОБЖ	Техника безопасности на занятиях, соблюдение гигиены, ОБЖ. Нормы гигиены и внешнего вида, требования к единой форме одежды.			1
2	Физическая культура и спорт в России. Краткий обзор развития футбола в России за рубежом	Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Развитие футбола в России.			1
3	Влияние физических упражнений на организм человека. Гигиена, закаливание	Сведения о строении и функциях организма человека. Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.			1
4	Правила игры. Оборудование и инвентарь	Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля			1
	Выносливость	Работа мышц, ее влияние на организм человека. Средства развития выносливости. Возможности организма. Волевые качества. Легкоатлетические упражнения для развития выносливости.			2
	Силовые способности	Сила мышц. Основные категории силы: статическая, динамическая, взрывная. Средства развития силовых способностей.			2
Ноябрь					
	Быстрота	Основные понятия: быстрота реакции и мышления, быстрота выполнения простых игровых действий, быстрота исполнения сложных игровых действий, быстрота взаимодействия футболистов. Упражнения для развития быстроты.			2

	Гибкость	Общая и специальная гибкость. Подвижность. Средства развития гибкости.			3
	Ловкость	Ловкость общая и специальная. Средства развития ловкости. Упражнения для развития ловкости.			3
Декабрь					
	Ловкость	Ловкость общая и специальная. Средства развития ловкости. Упражнения для развития ловкости.			1
	Различные способы перемещения	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.			2
	Удары по мячу ногой, головой	Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу. Удар по воротам, по движущемуся мячу. Удары: в ноги партнеру, цель, на ходу двигающемуся партнеру. Удар в ворота после обводки. Удар головой.			2
	Прием (остановка) мяча	Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча - на месте, в движении вперед и назад.			3

Январь					
13	Ведение мяча	Ведение внешней частью, внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы: правой и левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.			3
14	Обманные движения (финты)	Обучение финтам. Финт «ложный замах на удар». Финт «ложная остановка». Финт «уход с мячом». Финт «выпад в сторону». Финт «переступание через мяч».			2
15	Отбор мяча	Перехват мяча. Отбор мяча в выпаде. Отбор мяча в полу шпагате и шпагате. Отбор мяча в подкате, толчком плеча.			2
Февраль					
16	Комплексное выполнение технических приемов	Комплексные упражнения с элементами ведения и отбора мяча.			4
17	Тактика игры в атаке	Простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча.			2
18	Тактика игры в обороне	Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» ситуаций.			2
Март					
19	Тактика игры вратаря	Позиция вратаря в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», удар от своих ворот, введение мяча в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, правильная позиция при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.			3
20	Учебные игры	Игра в защите по системе «игрок игрока» на своей половине поля или в области штрафного.			6

		Учебная игра 5 х 5. Учебная игра с ограничениями. Учебная игра с дополнительными условиями.			
Апрель					
21	Спортивные игры	Правила и организация спортивных игр (баскетбол, гандбол, волейбол, хоккей, ручной мяч, пионербол и т.д.).			4
22	Соревнования	Внутригрупповые соревнования по общей физической подготовке, по подвижным и спортивным играм, учебные игры по футболу.			4
Май					
23	Соревнования	Городские соревнования по по общей физической подготовке, по подвижным и спортивным играм, учебные игры по футболу			6
	Итого часов				**64**

Ожидаемые результаты:

К концу 1 года обучения обучающийся научится

- основным приемам игры в футбол;
- ориентироваться в тактических действиях в футболе;
- понимать жесты футбольного арбитра;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях футболом;
- играть в футбол с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты футбольного арбитра;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.

получит возможность научится:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- выполнять технические приёмы и тактические действия, игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола;

- классифицировать основные правила соревнований по футболу, наименования разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники, наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- осуществлять поиск информации о соревнованиях по футболу.

Оценочные и методические материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Этапы контроля

- Входной контроль - проводится на начальном этапе формирования коллектива - изучение отношения обучающихся к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка.
- Текущий контроль - проводится в течение года, по окончании изучения темы (раздела), на каждом занятии.
- Промежуточный контроль - проводится в конце полугодия,
- Итоговый контроль - проводится в конце обучения по программе - проверка освоения программы, учет изменений качеств личности каждого ребенка.

Формы фиксации результатов:

- Анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степень удовлетворенности образовательным процессом в объединении»
- Портфолио творческих достижений учащихся (участие в соревнованиях, играх)

Литература

1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003
2. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.
3. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.
4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I, II, Ill, IV этапы. - М.: Олимпия. Человек, 2008 г.
5. Новая школа футбольной тренеровки «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плоп
6. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 200.
7. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г. 7г.
8. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.
9. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.

Рекомендуемая литература для детей

1. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов «Academia», 2008г.
2. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г.
3. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.
4. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.

5. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.
6. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.
7. Футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г.