

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец творчества
Пушкинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом ГБУ ДО ДТ
Пушкинского района Санкт-Петербурга
Протокол № 4 от 03.06.2023

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 228 от 03.06.2023

Директор ГБУ ДО ДТ

Пушкинского района Санкт-Петербурга

_____ Бугаева О.Н.

**Дополнительная общеразвивающая программа
«Футбол»**

Возраст обучающихся: 9-12 лет

Срок освоения: 2 года

Разработчик: Кузнецов А.А.,
педагог дополнительного образования
Зорова Е.В., методист

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» (далее по тексту – программа) разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами Российской Федерации федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБУ ДО ДТ Пушкинского района Санкт-Петербурга.

Программа направлена на максимальное удовлетворение потребностей конкретной категории детей и родителей (законных представителей). Программа связана с использованием комплексного подхода к обучению, направленного на воспитание ребенка через развитие во взаимосвязи и взаимодействии природных способностей и специфических человеческих способностей, обеспечивающих жизнь и развитие человека в социальной среде.

Направленность физкультурно-спортивная.

Адресат программы - обучающиеся в возрасте от 9 до 12 лет. В учебные объединения зачисляются мальчики, годные по состоянию здоровья. К уровню степени предварительной специализированной подготовки и наличию специальных способностей в данной предметной области особых требований нет. Для зачисления в группу требуется медицинский допуск (наличие справки от педиатра об отсутствии противопоказаний к занятиям спортом).

Актуальность программы состоит в том, что она соответствует социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей современных детей и родителей. Данная программа в своей деятельности привлекает максимально возможное число детей к систематическим занятиям спортом и выявляет их склонность и пригодность для дальнейшего обучения и совершенствования, воспитывает устойчивый интерес к учебно-тренировочному процессу и соревнованиям.

Отличительной особенностью программы является то, что в её основу положена программа по футболу, разработанная Российским футбольным союзом и комитетом юношеского футбола РФ. Данная программа максимально адаптирована для обучения в условиях дополнительного образования. Основной акцент в спортивной подготовке этого периода делается на освоении игры в футбол в целом. Поэтому в учебно-тренировочных занятиях преимущественное внимание уделяется как физической подготовке, так и освоению основ техники.

Уровень освоения программы: базовый.

Объём и срок освоения программы: программа рассчитана на 2 года обучения. Общее количество часов в год 1-го года обучения составляет 144 часа. Общее количество часов в год 2-го года обучения составляет 144 часа. Общее количество часов программы составляет 288. Группа формируется в составе не менее 15 человек 1-го года обучения, 2-го года обучения не менее 12 человек.

Цель программы - укрепление здоровья обучающихся путём привлечения их к систематическим занятиям футболом, освоение базовых технических элементов на основе развития физических качеств.

Задачи

Обучающие:

- сформировать систему теоретических знаний в изучаемой сфере деятельности (футбол);
- способствовать овладению основными техническими приёмами игры в футбол;
- обучить основам тактики игры в футбол;
- сформировать систему представлений о режиме питания спортсменов;
- способствовать овладению основами техники футбола (ведение мяча, передача мяча, удары по мячу в движении);
- способствовать освоению навыков коллективной игры.

Развивающие:

- укрепить физическое здоровье и способствовать закаливанию организма обучающихся;
- развить у обучающихся основные физические качества;
- способствовать развитию специальных физических качеств;

- способствовать развитию волевых качеств (дисциплинированность, целеустремлённость);
- способствовать повышению социально-психологического климата в коллективе;
- способствовать формированию личности подростка в условиях футбольной команды.

Воспитательные:

- сформировать у обучающихся потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности, нравственные качества по отношению к окружающим;
- сформировать установку у обучающихся на здоровый образ жизни через организацию разминки со здоровьесберегающей направленностью;
- ориентировать обучающихся на сотрудничество на основе спортивной командной игры «Футбол» как типичной модели взаимодействия;
- воспитывать нравственные качества – правила «FAIR PLAY» (правила честной игры);
- воспитывать патриотические чувства по отношению к коллективу, к стране.

Планируемые результаты

Личностные:

- сформированы навыки здорового образа жизни, потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- формируется чувство товарищества, чувство личной ответственности, нравственные качества по отношению к окружающим;
- сформирована установка на здоровый образ жизни через организацию разминки со здоровьесберегающей направленностью;
- обучающиеся ориентированы на сотрудничество на основе спортивной командной игры «Футбол» как типичной модели взаимодействия;
- формируются нравственные качества – правила «FAIR PLAY» (правила честной игры);
- формируются патриотические чувства по отношению к коллективу, к стране.

Метапредметные:

- положительные изменения в состоянии физического здоровья, стремление к закаливанию организма;
- развиты основные физические качества;
- положительная динамика развития специальных физических качеств;
- положительная динамика развития волевых качеств (дисциплинированности, целеустремлённости);
- создан благоприятный социально-психологический климат в коллективе;
- формирование личности подростка в условиях футбольной команды.

Предметные:

- приобретены основные знания в изучаемой сфере деятельности (футбол);
- обучены основным приёмами (техниками) игры в футбол (ведение, передачи мяча, удары по мячу);
- овладели навыками тактической подготовки игры в футбол;
- сформированы представления о режиме питания спортсменов;
- освоены навыки коллективной игры;
- знают правила игры в футбол.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации. В соответствии со ст.14 ФЗ-273 образовательная деятельность осуществляется на государственном языке РФ.

Форма обучения – очная.

Особенности реализации. В учебные группы на первый год обучения принимаются обучающиеся 9-10 лет (мальчики) по заявлению родителей и имеющие медицинские справки о допуске к занятиям.

Возможен дополнительный набор на второй год обучения на общих основаниях. Программа рассчитана на 2 года обучения. Объём часов - 144 часа в год, при двух занятиях в неделю по 2 часа. Общий объем часов составляет 288 часов.

В зависимости от уровня подготовленности обучающиеся (на основе результатов диагностики и экспертной оценки), педагог дополнительного образования имеет право формировать параллельно с основными группами группы из менее подготовленных обучающихся.

В группу 2-го года обучения принимаются обучающиеся, прошедшие 1-й год обучения и сдавшие контрольные испытания. В группу 2-го года обучения также могут быть приняты дети, занимавшиеся ранее одним из видов спорта и сдавшие вступительные нормативы, либо спортсмены из других футбольных объединений, удовлетворяющие основным требованиям, предъявляемым к кандидатам при отборе (зачёт по контрольным испытаниям и уровень игры, который оценивается педагогом направления).

Наполняемость учебной группы:

- 1 год обучения – не менее 15 человек;
- 2 год обучения – не менее 12 человек.

Для перевода на следующий этап обучения обучающиеся каждой учебной группы должны выполнить определённое количество контрольных испытаний (см. раздел «Оценочные материалы»). Отдельные юные футболисты, не прошедшие контрольные испытания, но являющиеся перспективными, решением педагогического совета, в порядке исключения, могут быть переведены на следующий год обучения.

В процессе реализации Программы предусматривается возможность участия обучающихся в спортивных соревнованиях по футболу, организация совместных спортивных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями.

Условия набора в объединение «Футбол» по заявлениям родителей, законных представителей (без специального отбора). Обязательно наличие медицинской справки об отсутствии противопоказаний занятий данного вида спорта. Формирование групп и условия зачисления в детское объединение осуществляется на основании приказа учреждения.

Формы организации и проведения занятий

В учебном процессе применяются следующие **формы организации деятельности на занятиях** - фронтальная, групповая и коллективная.

Преимущественно используются **традиционные формы занятий**: тестирование, лекция, беседа, занятие-игра, тренинг, соревнование, самостоятельная работа, праздник. Также **занятия-соревнования**: конкурс, турнир, викторина.

При реализации настоящей программы используются следующие методы обучения:

словесные методы: беседа; анализ тренировочной и соревновательной деятельности; самоанализ; разбор игры (игровых эпизодов).

наглядные методы обучения: показ иллюстраций, видеоматериалов; наглядный показ.

практические методы: соревновательный метод; метод тренировочной нагрузки (интервальный, равномерный, переменный); игровой метод; аутотренинг; метод круговой тренировки.

психологические: педагогическое наблюдение; беседа; анкетирование; тестирование; эксперимент.

Формы организации деятельности на занятии могут варьироваться в зависимости от задач, поставленных в каждом конкретном случае на том или ином этапе обучения. Занятия могут проводиться со всем составом объединения одновременно, либо в малых группах. Занятия в малых группах проводятся при обучении обучающихся тактическим аспектам подготовки с целью индивидуализации функциональных обязанностей различных игровых амплуа (вратарь, защитник, полузащитник, нападающий).

Материально-техническое оснащение программы

Занятия проводятся в спортивном зале школы по договору о сетевом взаимодействии (в зимний период времени). В теплое время года (сентябрь, октябрь, апрель, май) занятия могут проводиться на футбольном поле с искусственным покрытием.

Для успешной реализации программы в материально-техническом плане необходимо наличие:

- мест для занятий (игровой зал в зимний период и футбольное поле стандартных размеров); - футбольных мячей (для каждого футболиста);
- футбольной формы (игровая и тренировочная);

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

Учебный план 1-го года обучения

№	Название раздела, тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Выявление уровня первичной подготовки.	4	2	2	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы на выявление первичной подготовки
2	Общая физическая подготовка.	20	4	16	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы
3	Специальная физическая подготовка.	30	6	24	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы
4	Техническая и тактическая подготовка.	68	10	58	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы
5	Правила игры. Учебные и тренировочные игры, участие в соревнованиях	18	2	16	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы
6	Контрольные испытания. Итоговое занятие.	4		4	контрольные нормативы. Соревнования
	Итого	144	24	120	

Учебный план 2-го года обучения

№	Название раздела, тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. ИОТ-022-07. Ведение мяча серединой подъема.	4	2	2	педагогическое наблюдение
2	Общая физическая подготовка.	20	4	16	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы

3	Специальная физическая подготовка.	30	6	24	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы
4	Техническая подготовка.	30	5	25	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы
5	Тактическая подготовка	38	5	33	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы
6	Учебные и тренировочные игры, участие в соревнованиях.	18	2	16	педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.
7	Контрольные испытания. Итоговое занятие.	4		4	контрольные нормативы. Соревнования.
	Итого	144	24	120	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Рабочая программа 1 – го года обучения

Задачи первого года обучения

Обучающие:

- овладеть техническими приемами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- изучить элементарные теоретические сведения о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

Развивающие:

- укрепить здоровье и закалять организм;
- обеспечить всестороннюю физическую подготовленность с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.

Воспитательные:

- воспитать у школьников трудолюбие, дисциплинированность, сознательность, активность;
- привить интерес к систематическим занятиям футболом.

Планируемые результаты по окончании первого года обучения

Предметные:

- умеют наносить удары по мячу внутренней и внешней частью подъема, внутренней частью стопы, серединой лба;
- останавливать мяч подошвой, внутренней стороной стопы и грудью;
- вести мяч внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы;
- выполнять обманные движения, отбирать мяч перехватом, выбивать мяч толчком соперника, вбрасывать мяч из положения шага.

Метапредметные:

- усвоены правила личной гигиены;

- усвоены приемы закаливания;
- сформировано положительное отношение к правильному режиму дня юного спортсмена.

Личностные:

- обучающиеся стремятся помогать окружающим, проявляют дисциплинированность, сознательность, активность;
- проявляют интерес к систематическим занятиям футболом.

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие. Техника безопасности. Выявление уровня первичной подготовки.

Теория: Правила безопасности при занятиях футболом. Правила безопасности при выполнении игровых действий. История возникновения и развития футбола. Современное состояние футбола. Терминология в футболе.

Практика:

Знакомство с детьми. Выполнение заданий на выявление уровня первоначальных умений.

Игра в футбол в малых составах.

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы на выявление первичной подготовки

2. Общая физическая подготовка.

Теория: Понятие «общая и специальная физическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – базовые и специальные физические качества. Значение ОФП в подготовке футболистов.

Практика:

Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств.

Упражнения на снарядах, тренажерах, спортивные игры, эстафеты, комплексы гимнастических упражнений, упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

Бег. Упражнения для развития силы, упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений. Упражнения на развитие гибкости. Упражнения на развитие динамической силы.

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.

3. Специальная физическая подготовка.

Теория: Значение специальной физической подготовки в подготовке футболистов.

Практика. Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты, сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, силы, координации, гибкости, выносливости (скоростной, силовой, игровой), быстроты перехода от одних действий к другим. Эстафеты, подвижные и спортивные игры.

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.

4. Техническая и тактическая подготовка.

Теория: Понятие «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – техника ведения мяча, техника передачи мяча, дриблинг, финты, техника приёма мяча (остановка мяча).. Значение технической и тактической подготовки в футболе. Характеристика техники сильнейших футболистов. Анализ тактических действий футбольных команд.

Практика. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений; удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема; остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой; ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой; выбивание мяча ударом ногой и ловля катящегося мяча. Индивидуальные и простые групповые тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и в защите. Позиционное нападение без

изменений и с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях с атакой и без атаки ворот. Двусторонняя игра по упрощенным правилам (с уменьшенным составом команд).

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.

5. Правила игры. Учебные и тренировочные игры, участие в соревнованиях.

Теория: Терминология в футболе. Правила игры. Анализ соревновательной деятельности.

Практика: Участие в тренировочных играх. Выезды на соревнования. Аналитический разбор игры.

6. Контрольные испытания. Итоговое занятие.

Практика:

Приём контрольных нормативов. Тестовые задания. Фиксация результатов. Соревнования.

Календарно-тематический план 1-ый год обучения

№ П/П	Содержание занятий	Кол-во часов	Дата		Примечание
			план	факт	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2			
2	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Инструктаж по технике безопасности.	2			
3	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	2			
4	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	2			
5	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2			
6	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	2			
7	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	2			
8	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	2			
9	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	2			
10	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	2			
11	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	2			
12	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	2			
13	Остановка катящегося мяча	2			

	внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.				
14	Подвижные игры.	2			
15	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	2			
16	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	2			
17	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	2			
18	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	2			
19	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	2			
20	Товарищеская игра.	2			
21	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	2			
22	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	2			
23	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	2			
24	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	2			
25	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	2			
26	Отработка паса внутр.стороной стопы в парах. Футбол.	2			
27	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	2			
28	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	2			
29	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	2			
30	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	2			
31	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2			
32	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2			
33	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2			

34	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	2			
35	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	2			
36	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	2			
37	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	2			
38	Тренировка выносливости, изменение направления движений по си налу.	2			
39	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	2			
40	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	2			
41	Игры на развитие ориентации и мышления. Жонглирование мячом через стойку.	2			
42	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	2			
43	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	2			
44	Специальные упражнения. Жонглирование мячом.	2			
45	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	2			
46	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	2			
47	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	2			
48	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	2			
49	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	2			
50	Товарищеская игра	2			
51	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	2			
52	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	2			
53	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	2			
54	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.	2			
55	Отбор мяча перехватом в движение,	2			

	бег с препятствиями.				
56	Ввод мяча вратарем рукой, жонглирование мяча, квадрат.	2			
57	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	2			
58	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	2			
59	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	2			
60	Игра на опережение, старты из различных положений.	2			
61	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	2			
62	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	2			
63	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2			
64	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	2			
65	Прием мяча различными частями тела.	2			
66	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2			
67	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	2			
68	Двусторонняя учебная игра.	2			
69	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2			
70	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	2			
71	Старты из различных положений, двусторонняя игра.	2			
72	Итоговое занятие. Футбол. Контрольные, переводные нормативы по ОФП, СФП, технике и тактике.	2			
	Итого:	144			

Рабочая программа второго года обучения.

Задачи 2-го года обучения

Задачи

Обучающие:

- сформировать систему теоретических знаний в изучаемой сфере деятельности (футбол);
- способствовать овладению основными техническими приёмами игры в футбол;
- обучить основам тактики игры в футбол;

- сформировать систему представлений о режиме питания спортсменов;
- способствовать овладению основами техники футбола (ведение мяча, передача мяча, удары по мячу в движении);
- способствовать освоению навыков коллективной игры.

Развивающие:

- укрепить физическое здоровье и способствовать закаливанию организма обучающихся;
- развить у обучающихся основные физические качества;
- способствовать развитию специальных физических качеств;
- способствовать развитию волевых качеств (дисциплинированность, целеустремлённость);
- способствовать повышению социально-психологического климата в коллективе;
- способствовать формированию личности подростка в условиях футбольной команды.

Воспитательные:

- сформировать у обучающихся потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности, нравственные качества по отношению к окружающим;
- сформировать установку у обучающихся на здоровый образ жизни через организацию разминки со здоровье-сберегающей направленностью;
- ориентировать обучающихся на сотрудничество на основе спортивной командной игры «Футбол» как типичной модели взаимодействия;
- воспитывать нравственные качества – правила «FAIR PLAY» (правила честной игры);
- воспитывать патриотические чувства по отношению к коллективу, к стране.

Планируемые результаты

Личностные:

- сформированы навыки здорового образа жизни, потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- формируется чувство товарищества, чувство личной ответственности, нравственные качества по отношению к окружающим;
- сформирована установка на здоровый образ жизни через организацию разминки со здоровье-сберегающей направленностью;
- обучающиеся ориентированы на сотрудничество на основе спортивной командной игры «Футбол» как типичной модели взаимодействия;
- формируются нравственные качества – правила «FAIR PLAY» (правила честной игры);
- формируются патриотические чувства по отношению к коллективу, к стране.

Метапредметные:

- положительные изменения в состоянии физического здоровья, стремление к закаливанию организма;
- развиты основные физические качества;
- положительная динамика развития специальных физических качеств;
- положительная динамика развития волевых качеств (дисциплинированности, целеустремлённости);
- создан благоприятный социально-психологический климат в коллективе;
- формирование личности подростка в условиях футбольной команды.

Предметные:

- приобретены основные знания в изучаемой сфере деятельности (футбол);
- обучены основным приёмами (техниками) игры в футбол (ведение, передачи мяча, удары по мячу);
- овладели навыками тактической подготовки игры в футбол;
- сформированы представления о режиме питания спортсменов;
- освоены навыки коллективной игры;
- знают правила игры в футбол.

Содержание программы 2-го года обучения.

1. Вводное занятие. ИОТ-022-07. Ведение мяча серединой подъема.

Теория: техника безопасности, гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу.

Практика: Игра в футбол в малых составах.

Формы контроля: педагогическое наблюдение.

2. Общая физическая подготовка:

Теория: прыжковые упражнения - основа скоростно-силовой подготовки юных футболистов, гимнастические и акробатические упражнения, повторный и переменный бег.

Практика:

Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств.

Упражнения на снарядах, тренажерах, спортивные игры, эстафеты, комплексы гимнастических упражнений, упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

Бег. Упражнения для развития силы, упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений. Упражнения на развитие гибкости. Упражнения на развитие динамической силы.

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.

3. Специальная физическая подготовка.

Подвижные спортивные игры, виды упражнений для развития быстроты, частоты движений, развития ловкости движений.

Практика. Упражнения, направленные на развитие силы и быстроты, сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов, скорости, силы, координации, гибкости, выносливости (скоростной, силовой, игровой), быстроты перехода от одних действий к другим. Проведение эстафет, подвижных и спортивных игр.

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.

4. Техническая подготовка.

Теория.

Техника игры: анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему.

Техника игры в футбол: понятие о технике футбола. Характеристика основных приемов игры. Соединение технической и физической подготовки. Классификация техники футбола.

Обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом

Практика.

Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъемом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары на точность и дальность. Удары на точность. Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом налево и направо. Остановка грудью летящего мяча с поворотом в сторону. Ведение мяча. Ведение серединой подъема и носком. Обманные движения (финты). Выполнение обманных движений в единоборстве. Отбор мяча. Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча. Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым запахом и снизу. Броски рукой на точность и дальность.

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.

5. Тактическая подготовка.

Теория.

Понятие о тактике футбола. Характеристика тактических действий. Анализ технических приемов и тактических действий в атаке и обороне. Классификация тактики футбола.

Практика.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 - 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 - 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Тактика нападения:

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скречивание». Комбинация «Двойная стенка». Комбинация «Игра в одно-два касания» между тремя партнерами.

Комбинация «Смена мест». Комбинация «Пропускание мяча».

Тактика защиты:

Индивидуальные действия в защите. Противодействие маневрированию: осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам. Маневрирование, передачи, ведение и обводка.

Формы контроля: педагогическое наблюдение. Контрольные нормативы.

6. Учебные и тренировочные игры, участие в соревнованиях.

Теория: Основы методики обучения и тренировки футболистов, анализ обучения движениям. Учебно-тренировочное занятие как основная форма работы с молодыми футболистами. «Круговая тренировка», как форма организации занятий. **Инструкторская и судейская практика:** судейское руководство игрой, оформление протокола игры.

Практика: Участие в тренировочных играх. Выезды на соревнования. Аналитический разбор игры.

7. Контрольные испытания. Итоговое занятие.

Практика:

Приём контрольных нормативов. Тестовые задания. Фиксация результатов. Участие в соревнованиях.

Календарно-тематический план 2-ой год обучения

№ П/П	Содержание занятий	Кол-во часов	Дата		Примечание
			план	факт	
1	Вводное занятие. ТБ на занятиях по футболу ИОТ-022-07. Ведение мяча серединой подъема	2			
2	Техника передвижений футболиста.	2			
3	Удары по мячу головой с места	2			
4	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы	2			
5	Ведение внешней и внутренней частями подъема	2			
6	Передачи мяча внутренней стороной стопы	2			
7	Остановка мяча внутренней стороной стопы	2			
8	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки	2			
9	Ведение мяча с изменением направление	2			

	движения.				
10	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.	2			
11	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.	2			
12	Челночный бег с ведением мяча 5х10м	2			
13	Удары внутренней и внешней частями подъема по прыгающему и летящему мячам	2			
14	Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча вратарем.	2			
15	Ведение мяча между стоек.	2			
16	Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч	2			
17	Перехват мяча, передаваемого опекаемому «противнику».	2			
18	Взаимодействие защитника и вратаря	2			
19	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	2			
20	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.	2			
21	Ведение между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость движения	2			
22	Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.	2			
23	Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча партнеру.	2			
24	Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом.	2			
25	Остановка катящихся и летящих с различной скоростью мячей с 7-10м.	2			
26	Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы	2			
27	Персональная опека и комбинированная оборона.	2			
28	Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом.	2			
29	Удары по мячу головой на месте на точность	2			
30	Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку	2			
31	Остановка мячей летящих с различной скоростью и траекторией	2			
32	Групповые действия защитников	2			
33	Зонная защита игроков	2			
34	Удары по мячу после ведения на точность в цель. Контрольные нормативы по ОФП и технике.	2			
35	Передачи мяча в парах в движении	2			
36	Передачи мяча в тройках в движении	2			

37	Стандартные положения. Розыгрыш штрафного удара.	2			
38	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.	2			
39	Игра вратаря и защитников в обороне	2			
40	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°	2			
41	Ведение мяча между движущихся партнеров	2			
42	Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег	2			
43	Личная защита игрока	2			
44	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.	2			
45	Розыгрыш стандартных положений. (аута, от ворот, угловой удар в мини-футболе)	2			
46	Атака со сменой мест через центр	2			
47	Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения	2			
48	Комбинированное построение защиты	2			
49	Удары по мячу с полулета	2			
50	Передачи мяча в заданный коридор.	2			
51	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.	2			
52	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.	2			
53	Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.	2			
54	Атака со сменой мест и без смены мест флангом	2			
55	Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.	2			
56	Тактические действия в нападении на своем игровом месте	2			
57	Основы знаний по ОФП и СФП. Удары по мячу с полулета с 5-7 м.	2			
58	Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	2			
59	Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние	2			
60	Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	2			
61	Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1.	2			

62	Подстраховка и помощь партнеру.	2			
63	Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр.	2			
64	Нападение быстрым прорывом	2			
65	Передачи мяча касанием без остановки на месте	2			
66	Передачи мяча без остановки в движении	2			
67	Передачи мяча на точность на месте в парах	2			
68	Игра вратаря: Руководство партнерами по обороне.	2			
69	Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах в движении	2			
70	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.	2			
71	Организация быстрой контратаки	2			
72	Итоговое занятие. Контрольные, переводные нормативы по ОФП, СФП, технике и тактике.	2			
	Итого:	144			

Методические материалы

Раздел программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов	Техническое оснащение
1. Вводное занятие.	беседа	Словесный метод	Инструкции по охране труда. Специальная литература, фотографии, таблицы, анкеты	Заполнение журнала инструктажа. Опрос, беседа	Инструкции по охране труда. Журнал инструктажа
2. Общая и специальная физическая подготовка.	Практическое занятие	Практический метод, наглядный метод. Круговая тренировка. Метод повторения. Интервальный метод	С.Ю. Тюленьков, А.А. Федоров «Футбол в зале: система подготовки» М, 2000 Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010	Уровень развития по итогам выполнения контрольных нормативов	Видеоматериалы, иллюстрации Модели.

3.Технико-тактическая подготовка.	Практическое занятие. Групповая форма.	Практический метод, наглядный метод. Метод максимальных нагрузок. Поточный метод.	С.Н. Андреев Э.Г. Алиев мини-футбол в школе ОАО Изд «Советский спорт» 2006г. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2008	Уровень развития по итогам выполнения контрольных нормативов.	Секундомер. Свисток. Конусы.
4. Учебные и тренировочные игры. Участие в соревнованиях	Соревнование	Практический метод	-	Учебно-тренировочные игры.	Мячи, футбольные ворота, разметка футбольного поля (площадки).
5. Итоговое занятие. Контрольные испытания	Контрольное занятие. Показательные выступления.	Практический метод	Таблицы нормативов. Таблицы результатов, индивидуальные карточки.	Отчётное занятие. Зачёт, сдача контрольных испытаний, соревнование.	Спортивный футбольный инвентарь (мячи, футбольные ворота, конусы).

Информационные источники

Список литературы для педагогов:

1. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2008, – 272 с.
2. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: советский спорт, 2010-336 с.
3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004-200с.
4. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008-175с.
5. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000-260с.
6. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.-М.: Олимпия, 2007– 204 с
7. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007– 111 с.
8. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010– 176 с.
9. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., Кулин Н.А., Российский С.А. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011– 160 с.
10. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. – М.: ООО «издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000– 160 с.
11. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.

12. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010– 128 с.

Список литературы для родителей:

1. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений. - М. ФиС, 2008- 125с.
2. Касаткина А. Из чего сделаны дети. - М. ФиС, 2009- 150 с.

Список литературы для детей:

1. Касаткина А. Из чего сделаны дети. - М. ФиС, 1999- 160 с.
2. Спорт. Физическая культура. Моя первая энциклопедия. Учебно-методическое издание. - М. ФиС, 2000- 205 с.
3. С.Андреев, Э.Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5,2007 -175 с. 4.
4. А.Полозов «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», № 6,2006- 206 с.

Интернет-источники

1. Мини футбол в школе. Правила игры по мини футболу. [Электронный ресурс] : [сайт].
2. fizkultura-na5.ru>Мини футбол в школе 2. Общероссийский проект "Мини-футбол в школу..." [Электронный ресурс] : [сайт].
3. bmsi.ru
4. упражнение для начинающих футболистов [Электронный ресурс] : [сайт].
5. dokaball.ru

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе «Футболист» проводится: входящий контроль/ итоговый контроль

Входящий контроль проводится в начале обучения по программе и включает в себя изучение уровня общей физической подготовки, направленное на определение стартового уровня общей физической подготовленности детей. Проводится в форме сдачи нормативов. В него включены испытания на оценку скоростных качеств, скоростно-силовых способностей, координационных способностей и выносливости.

Итоговый контроль представляет собой окончательную оценку результатов освоения программы и проводится в виде выполнения контрольных нормативов. Он проводится в мае и включает в себя ту же оценку контроля, что и входной. В итоговый контроль добавлены испытания по технической и специальной физической подготовке футболиста.

Результаты входящего и итогового контроля отражаются в диагностических картах, разработанных на каждый год обучения.

Входящий контроль.

Цель: выявить начальную физическую и спортивную подготовленность обучающихся.

Задачи: определить уровень развития основных физических качеств - силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации на начало учебного года.

Включает в себя:

Бег: на короткие дистанции – 15 м. и 30 м., «челночный бег» - 3*10м.

Прыжки: в длину с места.

Итоговый контроль в виде выполнения контрольных нормативов.

Цель: выявить приобретенный уровень физической и спортивной подготовки учащихся.

Задачи: уметь выполнять специально-подготовительные упражнения, специализированные игровые комплексы, упражнения для изучения и совершенствования технических действий.

Оборудование: футбольные мячи, секундомер, свисток, конусы.

Итоговый контроль осуществляется в конце каждого года обучения в форме контрольных испытаний. В процессе прохождения контрольных испытаний обучающиеся должны выполнить установленные требования по общей физической подготовке, по специальной физической подготовке и по технической подготовке.

Представленные контрольные нормативы являются переводными. Для перевода в следующую учебную группу обучающиеся каждой учебной группы должны выполнить строго определённое число нормативов.

Контрольные нормативы по физической подготовке и технике игры в футбол

Блок «Общая физическая подготовка»

- Норматив № 1 - «Бег на дистанцию 15 метров»;
- Норматив № 2 - «Бег на дистанцию 30 метров»;
- Норматив № 3. - «Прыжок в длину с места».

Блок «Специальная физическая подготовка»

- Норматив № 1 - «Бег 30 м. с ведением мяча»;
- Норматив № 2 - «Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой».

Блок «Техническая подготовка»

- Норматив № 1 - «Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)»;
- Норматив №2 - «Жонглирование мячом».

По результатам, полученным на итоговом тестировании, составляется сводная диагностическая карта, на основе которой принимается решение о переводе обучающихся на следующий год обучения.

Контрольные нормативы по физической подготовке и технике игры в футбол общеразвивающая программа «Футбол»

№ П/П	Упражнения	1 г. о.	2 г. о.
1.	ОФП: – Бег 15 м. (сек.) – Бег 30 м. (сек.) – Прыжок в длину с места (м)	3,4 5,2 175	3,2 5,0 180
2.	СФП: – Бег 30 м с ведением мяча (сек) – Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м)	6,2 40	6,0 45
3.	Техническая подготовка: – Удар по мячу ногой на точность (число попаданий) – Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек) – Жонглир-е мячом (кол-во раз)	6 8.0 10	7 7.5 12

Контрольные нормативы

Блок «Общая физическая подготовка»

Норматив № 1 - «Бег на дистанцию 15 метров»

Цель: выявить уровень общей физической подготовки на каждом году обучения.

Задачи: определить быстроту обучающегося при прохождении заданного отрезка на максимальной скорости.

Оборудование: фишки, секундомер.

Описание задания:

Бег 15 м. выполняется с низкого старта. Упражнение считается законченным, когда спортсмен пересек линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта (контроль стартовой линии и положение стартующего). Судья на финише – время бега.

Критерии оценки: результат фиксируется в секундах и оценивается по шкале.

1-ый год обучения:

3,4 сек – отлично (5 баллов)

3,5 сек – хорошо (4 балла)

3,6 сек – удовлетворительно (3 балла)

От 3,9 сек и выше – неудовлетворительно (0 баллов)

2-ой год обучения:

3,2 сек - отлично

3,4 сек - хорошо

3,5 сек - удовлетворительно

От 3,6 сек и выше - неудовлетворительно.

Норматив № 2 - «Бег на дистанцию 30 метров»

Цель: выявить уровень общей физической подготовки на каждом году обучения.

Задачи: определить выносливость обучающегося при прохождении заданного отрезка на максимальной скорости

Оборудование: фишки, секундомер.

Описание задания:

Бег 30 м. выполняется с низкого старта. Упражнение считается законченным, когда спортсмен пересек линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта (контроль стартовой линии и положение стартующего). Судья на финише – время бега.

Критерии оценки: результат фиксируется в секундах и оценивается по шкале.

1-ый год обучения:

5,2 сек – отлично (5 баллов)

5,4 сек – хорошо (4 балла)

5,6 сек – удовлетворительно (3 балла)

От 5,7 сек и выше – неудовлетворительно (0 баллов)

2-ой год обучения:

5,0 сек - отлично

5,2 сек - хорошо

5,4 сек - удовлетворительно

От 5,5 сек и выше - неудовлетворительно.

Норматив № 3 - «Прыжок в длину с места»

Цель: выявить уровень общей физической подготовки на каждом году обучения.

Задачи: определить «взрывную силу» обучающихся.

Оборудование: фишки, метр.

Описание задания

Прыжок в длину с места осуществляется от строго заданной линии. Спортсмен имеет 3 попытки. Итоговый результат определяется по результату лучшей попытки. Судья на старте фиксирует правильность старта (контроль стартовой линии и положение стартующего). Судья на финише определяет дальность прыжка.

Критерии оценки: результат фиксируется в сантиметрах и оценивается по шкале.

1-ый год обучения:

175 см - отлично

170 см - хорошо

165 см - удовлетворительно
От 160 см и ниже - неудовлетворительно

2-ой год обучения:

180 см - отлично
175 см - хорошо
170 см - удовлетворительно
От 168 см и ниже - неудовлетворительно.

Блок «Специальная физическая подготовка»

Норматив № 1 - «Бег 30 м. с ведением мяча»

Цель: выявить уровень специальной физической подготовки на каждом году обучения.

Задачи:

- определить способность владения мячом на максимальной скорости при прохождении заданного отрезка.
- определить специальную выносливость обучающегося при прохождении заданного отрезка на максимальной скорости с мячом.

Оборудование: футбольный мяч, фишки, секундомер.

Описание задания:

Бег 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний мяча, не считая остановки за финишной линией.

Упражнение считается законченным, когда игрок пересечёт линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта (контроль стартовой линии и положение стартующего) и количество касаний мяча на отрезке между фишками. Судья на финише – время бега.

Критерии оценки: результат фиксируется в секундах и оценивается по шкале.

1-ый год обучения:

6,2 сек - отлично
6,4 сек - хорошо
6,6 сек - удовлетворительно
От 6,7 сек и выше - неудовлетворительно.

2-ой год обучения:

6,0 сек - отлично
6,2 сек - хорошо
6,4 сек - удовлетворительно
От 6,6 сек и выше - неудовлетворительно.

Норматив № 2 - «Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой»

Цель: выявить уровень специальной физической подготовки на каждом году обучения.

Задачи:

- определить способность нанести удар по мячу левой и правой ногой;
- определить способность нанести сильный удар по мячу;
- оценить умение обучающегося посылать мяч верхом на дальние расстояния.

Оборудование: футбольный мяч, фишки, секундомер.

Описание задания:

Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу любым способом. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по коридору шириной 10 м.

Для удара каждой ногой даётся 3 попытки. Засчитывается лучший результат. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

Критерии оценки: результат фиксируется в метрах и оценивается по шкале.

1-ый год обучения:

40 м - отлично

35 м - хорошо
30 м - удовлетворительно
От 29 м и ниже - неудовлетворительно.

2-ой год обучения:

45 м - отлично
40 м - хорошо
35 м - удовлетворительно
От 34 м и ниже - неудовлетворительно.

Блок «Техническая подготовка»

Норматив № 1 - «Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)»

Цель: выявить уровень технической подготовки на каждом году обучения.

Задачи:

- определить способность владения мячом на максимальной скорости с препятствиями;
- определить способность выполнять удар по воротам после ведения мяча с препятствиями на максимальной скорости.

Оборудование: футбольный мяч, фишки, секундомер, футбольные ворота.

Описание задания:

Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой 4 стойки (первая стойка ставится в 10 м от штрафной площади, а через каждые 2 м ставится ещё 3 стойки), и, не доходя до штрафной площади, 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. Даются 3 попытки. Учитывается лучший результат.

Критерии оценки:

Результат фиксируется в секундах и оценивается по шкале.

1-ый год обучения:

9,0 сек - отлично
10,0 сек - хорошо
12,0 сек - удовлетворительно
От 13,5 сек и выше - неудовлетворительно.

2-ой год обучения:

8,0 сек - отлично
10,0 сек - хорошо
11,0 сек - удовлетворительно
От 11,5 сек и выше - неудовлетворительно.

Норматив № 2 - «Жонглирование мячом»

Цель: выявить уровень технической подготовки на каждом году обучения.

Задачи:

- определить способность контролировать мяч в воздухе разными частями тела.
- определить способность контролировать мяч в воздухе в комбинации.

Оборудование: футбольный мяч, фишки.

Описание задания:

Жонглирование мячом – выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъёма), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

Критерии оценки: результат фиксируется в количестве комбинаций и оценивается по шкале.

1-ый год обучения:

8 - отлично
 7 - хорошо
 6 - удовлетворительно
 Меньше 4 комбинаций - неудовлетворительно

2-ой год обучения:

10 - отлично
 8 - хорошо
 7 - удовлетворительно
 Меньше 5 комбинаций - неудовлетворительно

По результатам, полученным на итоговом тестировании, составляется сводная диагностическая карта, на основе которой принимается решение о переводе учащихся на следующий год обучения.

Сводная карта спортивных результатов

№ п/п	Ф. И. ребенка	Бег 15 м.	Бег 30 м.	Прыжок в длину с места	Бег 30 м. с ведением мяча	Удары по мячу на дальность	Удар по мячу ногой на точность	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	Жонглир. мячом (кол-во раз)	Сумма баллов
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
...15										

Критерии оценки сдачи контрольных нормативов:

«высокий уровень», если обучающиеся выполнил установленные нормативы на 100% или их перевыполнил (35 баллов и выше);

«средний уровень», если обучающийся выполнил установленные нормативы в диапазоне от 50% до 99% установленного норматива (30-34 балла);

«низкий уровень», если учащийся выполнил установленные нормативы менее, чем на 50% от установленного норматива (29 баллов и ниже).

Параллельно, педагог оценивает (на основе методов наблюдения и экспертной оценки) обучающийся по следующим показателям:

№ п/п	Ф. И. ребенка	Знания терминологии	Воспитание чувства коллективизма	Эмоциональный настрой на занятиях	Применение полученных знаний и навыков
1					
2					
3					
4					
...15					

1. Знания терминологии:

Высокий: В полной мере владеет знаниями по теоретической части предмета, оперирует терминами, умеет применять на практике.

Средний: Не в полной мере владеет знаниями по теоретической части предмета, забывает термины, не всегда способен применять на практике.

Низкий: Не достаточно владеет знаниями по теоретической части предмета, не оперирует терминами, не умеет применять на практике.

2. Воспитание чувства коллективизма:

Высокий: Активно принимает участие в коллективной деятельности. Стремится добиться максимальных результатов для команды. Поддерживает товарищей, проявляет понимание, оказывает помощь товарищам.

Средний: Не очень активно принимает участие в коллективной деятельности. Не стремится добиться максимальных результатов для команды. Заботится о личных успехах, пренебрегая интересами команды.

Низкий: Не хочет принимать участие в коллективной деятельности. Не стремится содействовать победе команды.

3. Эмоциональный настрой на занятиях:

Высокий: Эмоционально положительно настроен, активен, заинтересован деятельностью.

Средний: Эмоционально положительно настроен, не очень активен, не проявляет особой заинтересованности к занятию.

Низкий: Эмоционально безразличен, не активен, не проявляет заинтересованности к занятию.

4. Применение полученных знаний и навыков:

Высокий: Самостоятельное составление и показ комплекса ОРУ на развитие координации, гибкости, силы, формирование правильной осанки под музыкальное сопровождение, с предметами или без, соблюдая основные методические требования.

Средний: Составление и показ части комплекса ОРУ, без музыкального сопровождения.

Низкий: Составление и показ комплекса ОРУ с помощью детей, педагога.