

Управление образования  
Администрации МО «Каменский муниципальный округ»  
Муниципальное казённое образовательное учреждение  
«Рыбниковская средняя общеобразовательная школа»

Принята  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от 27.08.2025 г.

Утверждено  
Приказ № 54 - ОД от 27.08.2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
физкультурно-спортивной направленности  
**«Футбол»**

Срок реализации программы 1 год

Возраст обучающихся 8 -11 лет

***Разработчик:***

Фёдоров Сергей Иванович,  
педагог дополнительного образования

с. Рыбниковское,  
2025 год

## **Структура программы**

### **РАЗДЕЛ № 1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»:**

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
  - 1.3.1. Учебно-тематический план
  - 1.3.2. Содержание учебного (тематического) плана
- 1.4. Планируемые результаты

### **РАЗДЕЛ № 2. «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

- 2.1. Календарный учебный график 2025/2026 учебный год
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы
- 2.4. Список литературы для обучающихся
- 2.5. Список литературы для педагогов

## РАЗДЕЛ № 1 Комплекс основных характеристик программы

### 1.1 Пояснительная записка.

Программа «Футбол» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, с учётом интересов детей, их познавательной активности и творческих возможностей.

#### **Направленность и педагогическая целесообразность программы**

Программа имеет *физкультурно-спортивную направленность* с общекультурным уровнем освоения.

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – неперенный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой *педагогической целесообразности* работы по программе «Футбол». Предполагает разнообразные формы педагогической работы с учащимися, способствует решению разных задач. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

### **Актуальность программы**

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, 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 внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

В формировании логического и системного мышления занятие «Футбол» способно сыграть существенную роль. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение футбольного матча, позволяет отнести футбол не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа помимо узко - специальных задач учитывает именно эти возможности обучения игре футбол.

### **Отличительные особенности программы, её новизна.**

Основным преимуществом внеурочной деятельности является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностно-ориентированный и компетентностный подход. Именно на это и направлена программа «Футбол». Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

### **Адресат программы. Возраст и особенности контингента учащихся.**

Основной контингент – учащиеся 2-5 класса.

Важно, чтобы занятия футболом оказали благотворное воздействие на развитие каждого ребенка, на его способности к обучению вообще, пригодились ему в жизни. Кроме того, представляется важным занять досуг учащихся интересным и полезным делом, показать увлекательные и содержательные возможности такого досуга.

Программа «Футбол» адресована учащимся школы в возрасте 8-11 лет общеобразовательной школы.

### **Объём и срок реализации программы.**

Программа рассчитана на 2 года обучения.

102 часа в год. Занятия 3 раза в неделю по 1 часу.

#### **1.2. Цель и задачи.**

**Цель программы:** формирование и развитие физических способностей и навыков учащихся, формирование моральных и волевых качеств через обучение технике и тактике игры в футбол в доступной форме, без спортивного совершенствования.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- ☐ обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстроменяющейся обстановке;
- ☐ дать представление о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- ☐ дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта;
- ☐ обучить формированию индивидуального двигательного режима.

**Развивающие:**

- ☐ формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- ☐ развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений) и кондиционные (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способности;
- ☐ формировать индивидуальный двигательный режим учащихся;
- ☐ развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;
- ☐ формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

**Воспитательные:**

- ☐ способствовать воспитанию физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся;
- ☐ способствовать воспитанию моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

**Планируемые результаты обучения:**

**Предметные:**

- ☐ учащиеся познакомятся с историей возникновения игры футбол;
- ☐ учащиеся познакомятся с историей и развитием физической культуры и спорта;

- ☐ учащиеся познакомятся с правилами игры в футбол,
- ☐ учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.

*учащиеся получают возможность научиться:*

- ☐ применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстроменяющейся обстановке;
- ☐ применять во время игры в футбол все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча);
- ☐ применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;
- ☐ организовывать и судить школьные соревнования.

### ***Метапредметные результаты:***

#### **учебно-интеллектуальные:**

*учащиеся научатся:*

- ☐ выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- ☐ адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;
- ☐ использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития.

*учащиеся получают возможность научиться:*

- ☐ определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;
- ☐ осуществлять констатирующий и прогнозирующий контроль по результату и по способу действия;
- ☐ выделять и формулировать то, что усвоено и что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения.

#### **учебно-коммуникативные**

*учащиеся научатся:*

- ☐ организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;
- ☐ работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр.

*учащиеся получают возможность научиться:*

- ☐ координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;
- ☐ аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

#### **учебно-организационные**

*учащиеся научатся:*

- ☐ работать с информацией;
- ☐ применять правила и пользоваться инструкциями;

- ☐ использовать знаки, символы, схемы;
- учащиеся получают возможность научиться:*
- ☐ устанавливать причинно-следственные связи;
  - ☐ строить логические, рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и выводы.

### ***Личностные***

*У учащихся будут сформированы:*

- ☐ готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- ☐ способности к эмоциональному восприятию физических объектов, задач, решений, рассуждений;

*у учащихся могут быть сформированы:*

- ☐ коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;
- ☐ критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания.

Распределение часов на разделы и темы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения и комплексы упражнений различных разделов и тем в одном занятии.

Программа подготовки предусматривает этапы:

- начальной подготовки (1-2 год обучения);
- учебно-тренировочный (3-4 год обучения).

Организация и проведение тренировочного процесса на этапе начальной подготовки предполагает систематический учет динамики возрастного и индивидуального развития учащихся.

На начальном этапе подготовки игроков решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья;
- всестороннее физическое развитие;
- привитие интереса к занятиям футболом;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе комплексных упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр;
- обучение основам техники и тактики;
- привитие навыков участия в игровом процессе и соревновательной деятельности;

На этапе начального обучения занятия должны быть направлены в основном, на развитие общей физической подготовленности с широким использованием разнообразных и доступных средств с целью выявления задатков учащихся.

На следующих годах обучения происходит:

- ☐ совершенствование навыков двигательных действий и в их вариативном использовании в учебных занятиях;
- ☐ расширение двигательного опыта учащихся посредством движений различной координационной сложности;
- ☐ расширение границ двигательной активности учащихся за счет развития их физических способностей;
- ☐ активизация и совершенствование основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти и наглядно-действенного мышления.

Наиболее важными в эти два года обучения в учебно-тренировочных группах являются упражнения общего воздействия, направленные на разностороннюю подготовку, на укрепление опорно-двигательного аппарата и воспитание скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, гибкости и общей (аэробной) выносливости.

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1 Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	История возникновения футбола	1	1	-	Опрос
2.	Правила безопасности во время занятий иных футболистов	1	1	-	-
3.	Правила игры в футбол (основные понятия)	2	2	-	Опрос
4.	Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю	1	1	-	-
5.	Техническая подготовка	20	-	20	-
6.	Тактическая подготовка	15	-	15	-
7.	Физическая подготовка	20	-	20	-
8.	Подвижные игры и эстафеты	20	-	20	-
9.	Игра в футбол малыми составами	20	-	20	-
10.	Соревнования. Контрольные испытания	2	-	2	-
<b>Итого:</b>		<b>102</b>	<b>5</b>	<b>97</b>	

#### Календарно-тематическое планирование



№	Содержание
1	Техника безопасности на спортивной площадке. Спортивная форма для занятий на улице
2	Передвижения по площадке. Старты из различных исходных положений. История зарождения футбола
3	Совершенствование правила игры в футболе Передвижения по площадке. Старты из различных исходных положений.
4	Совершенствование санитарно-гигиенические требований. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.
5	Совершенствование передвижением боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Подвижная игра «Вызов номеров».
6	Совершенствование удара по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
7	Совершенствование удара по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
8	Совершенствование ведения мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Подвижная игра «Поймай палку».
9	Совершенствование ведения мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Игра в футбол 2х2, 3х3.
10	Совершенствование упражнения с набивными мячами. Упражнения с партнером.
11	Совершенствование остановки катящегося мяча внешней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма
12	Совершенствование выбивания мяча. Совершенствование отбор мяча перехватом. Подвижная игра «Поймай мяч».
13	Сгибания и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине.
14	Совершенствование бега с отягощением. Поднимание прямых ног в висе.
15	Совершенствование прыжков на одной ноге. Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности.
16	Совершенствование бега в равномерном темпе, чередуемый с ускорениями. Подвижная игра «Салки».
17	Совершенствование стойки и передвижения в футболе. Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.
18	Совершенствование вбрасывания мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Игра в футбол 2х2, 3х3.
19	Совершенствование переменного бега с варьированием скорости. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.
20	Совершенствование ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия.
21	Совершенствование прыжков со скакалкой. Бег по лабиринту.

22	Подвижная игра «Сумей догнать». Совершенствование ведение, удара (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.)
23	Совершенствование тактики свободного нападения. Быстрые перемещения приставными шагами.
24	Совершенствование тактики свободного нападения. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу.
25	Совершенствование позиционного нападения без изменения позиций игроков. Бег по пересеченной местности.
26	Совершенствование старта по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений.
27	Совершенствование подвижной игры «Гонка с выбыванием». Игра в футбол 2х2, 3х3.
28	Совершенствование ловли катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу.
29	Совершенствование отбивания мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Индивидуальные тактические действия в 2нападении.
30	Совершенствование отбора мяча толчком плеча в плечо. Совершенствование отбора мяча в подкате. Индивидуальные тактические действия в защите.
31	Эстафетный бег. Совершенствование ударов мяча ногой в быстром темпе в стену
32	Совершенствование прыжков на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча
33	Совершенствование техники безопасности в зале. Игра в футбол 2х2, 3х3.
34	Совершенствование Техники безопасности в тренажерном зале. Стойки и передвижения в футболе.
35	Спортивная форма для занятия в спортивном зале. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма.
36	Совершенствование ударов по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Совершенствование ведения мяча с активным сопротивлением защитника.
37	Совершенствование остановки мяча грудью. Нападение в игровых заданиях 3: 1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
38	Совершенствование индивидуальных тактических действий в защите. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника.
39	Истории чемпионатов Мира и Европы. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы.
40	Совершенствование ударов по летящему мячу серединой лба. Совершенствование остановки летящего мяча внутренней стороной стопы.
41	Совершенствование обводки с помощью обманных движений (финтов). Игра в футбол 2х2, 3х3.
42	Подвижная игра «Охотники и утки». Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков.
43	Упражнения на гибкость. Бег «Змейкой».
44	Совершенствование бега спиной вперед с поворотами. Подвижная игра «Всадники».
45	Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Подвижная игра «Перехвати мяч».
46	Совершенствование позиционного нападения без изменения позиций игроков. Игра в футбол 2х2, 3х3.
47	Совершенствование нападения в игровых заданиях 3: 1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра в футбол 2х2, 3х3.

48	Упражнения на гибкость. Бег с внезапным поворотом кругом.
49	Челночное перемещение. Подвижная игра «День и ночь».
50	Совершенствование кувырка вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Упражнения на гибкость с помощью партнера.
51	Совершенствование повторений всех видов отбора мяча. Бег с максимальной частотой шагов.
52	Совершенствование индивидуальных тактических действий в нападении. Игра в футбол 5х5, 6х6.
53	Участие в соревнованиях.
54	Совершенствование ударов по летящему мячу серединой подъёма. Повторение всех видов отбора мяча
55	Совершенствование групповых тактических действия в нападении. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения.
56	Переменного бега. Совершенствование командных тактические действия в нападении.
57	Совершенствование удара по летящему мячу боковой частью лба. Упражнения на гибкость с отягощением.
58	Подвижная игра «Салки в парах». Современный футбол
59	Совершенствование ударов по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель Совершенствование обводки с помощью обманных движений (финтов).
60	Совершенствование групповых тактические действия в защите. Игра в футбол 5х5, 6х6.
61	Совершенствование командных тактические действия в защите. Игра в футбол 5х5, 6х6.
62	Челночный бег. Совершенствование ударов по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель
63	Совершенствование углового удара. Подача мяча в штрафную площадь. Двусторонняя учебная игра
64	Подвижная игра «Бег-преследование». Правила игры в футболе.
65	Подвижная игра «Встречная эстафета в четверках». Двусторонняя учебная игра.
66	Подвижная игра «Быстрые передачи». Игра в футбол 5х5, 6х6.
67	Игра в футбол 5х5, 6х6. Жесты судей
68	Участие в соревнованиях
69	Совершенствование стойки и передвижения в футболе. Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.
70	Совершенствование углового удара. Подача мяча в штрафную площадь. Двусторонняя учебная игра
71	Челночный бег. Совершенствование ударов по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель
72	Совершенствование командных тактические действия в защите. Игра в футбол 5х5, 6х6.
73	Совершенствование удара по летящему мячу боковой частью лба. Упражнения на гибкость с отягощением.
74	Совершенствование позиционного нападение без изменения позиций игроков. Бег по пересеченной местности.
75	Игра в футбол 5х5, 6х6. Жесты судей

76	Подвижная игра «Встречная эстафета в четверках». Двусторонняя учебная игра.
77	Совершенствование командных тактических действий в нападении. Игра в футбол 5х5, 6х6.
78	Совершенствование командных тактических действий в нападении. Игра в футбол 5х5, 6х6.
79	Челночный бег. Совершенствование ударов по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель
80	Челночный бег. Совершенствование ударов по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель
81	Игра в футбол 5х5, 6х6.
82	Игра в футбол 5х5, 6х6.
83	Совершенствование командных тактических действий в нападении. Игра в футбол 5х5, 6х6.
84	Совершенствование командных тактических действий в нападении. Игра в футбол 5х5, 6х6.
85	Совершенствование групповых тактических действия в нападении. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения.
86	Совершенствование групповых тактических действия в нападении. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения.
87	Совершенствование ударов по летящему мячу серединой подъёма. Повторение всех видов отбора мяча
88	Совершенствование ударов по летящему мячу серединой подъёма. Повторение всех видов отбора мяча
89	Подвижная игра «Быстрые передачи». Игра в футбол 5х5, 6х6.
90	Подвижная игра «Быстрые передачи». Игра в футбол 5х5, 6х6.
91	Совершенствование углового удара. Подача мяча в штрафную площадь. Двусторонняя учебная игра
92	Совершенствование углового удара. Подача мяча в штрафную площадь. Двусторонняя учебная игра
93	Совершенствование позиционного нападение без изменения позиций игроков. Бег по пересеченной местности.
94	Совершенствование позиционного нападение без изменения позиций игроков. Бег по пересеченной местности.
95	Двусторонняя учебная игра.
96	Двусторонняя учебная игра.
97	Двусторонняя учебная игра.
98	Участие в соревнованиях
99	Участие в соревнованиях
100	Игра в футбол 5х5, 6х6.
101	Игра в футбол 5х5, 6х6.
102	Игра в футбол 5х5, 6х6.

### 1.3.2. Содержание курса программы.

#### Тема 1. История футбола

**Теория:** История зарождения футбола, История чемпионатов Мира и Европы, Современный футбол.

## **Тема 2. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.**

**Теория:** Техника безопасности в зале. Техника безопасности на спортивной площадке. Техника безопасности в тренажерном зале.

## **Тема 3. Правила игры в футбол.**

**Теория:** Правила игры в футболе. Жесты судей.

## **Тема 4: Санитарно-гигиенические требования.**

**Теория:** Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю.

## **Тема 5. Техническая подготовка:**

**Теория:** Передвижения и остановки, удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка, отбор мяча, вбрасывание мяча, игра вратаря, выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

**Практика:** Передвижения по площадке. Старты из различных положений. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Стойки и передвижения в футболе. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма. Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка

катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Выбивание мяча. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате. Повторение всех видов отбора мяча. Повторение всех видов отбора мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.)

## **Тема 6. Тактическая подготовка.**

**Теория:** Тактика игры. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

**Практика:** Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3: 1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

## **Тема 7. Общая физическая подготовка.**

**Теория:** Развитие силовых способностей, развитие скоростных - силовых способностей, развитие координационных способностей, развитие выносливости, развитие гибкости, развитие скоростных способностей, подвижные игры.

**Практика:** Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Поднимание прямых ног в висе. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с

поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности. Бег в равномерном темпе, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости. Бег по пересеченной местности. Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением. Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу. Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов. Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижные игры.

#### **Тема 8. Подвижные игры.**

**Практика:** «Вызов номеров». «Поймай палку». «Поймай мяч». «Салки». «Охотники и утки». «Перехвати мяч». «В одно касание». «День и ночь». «Салки в парах». «Бег-преследование». «Встречная эстафета в четверках». «Быстрые передачи».

#### **Тема 9. Игра в футбол малыми составами.**

**Практика:** Игры 2х2, 3х3, 5х5, 6х6.

#### **Тема 10. Учебные игры.**

**Практика:** Соревновательная практика. Сдача контрольно-переводных нормативов.

### **1.4. Планируемые результаты**

***После обучения по программе у учащихся будут:***

☐ сформированы умения выполнения новых видов двигательных видов деятельности в футболе, умения применять их в быстроменяющейся обстановке;

- ☐ знания о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- ☐ знания об истории и развитии физической культуры и спорта;
- ☐ сформированы умения использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- ☐ сформированы умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования;
- ☐ развиты координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений и кондиционные (скоростно-силовые, скоростные, выносливость, сила и гибкость) способности;
- ☐ сформирован индивидуальный двигательный режим;
- ☐ сформированы навыки самоконтроля и самоорганизации;
- ☐ сформированы нравственные качества: упорство и настойчивость, стремление к достижению цели, взаимопомощь и взаимовыручка, умение выходить из конфликтных ситуаций во время игры.

## **РАЗДЕЛ № 2. Комплекс организационно – педагогических условий**

### **2.1 Календарный учебный график 2025/2026 учебный год**

Количество учебных недель: 34 недели

I полугодие - 16 недель (01.09.2025г. - 30.12.2025 г.)

II полугодие - 18 недель (12.01.2026 г. – 26.05.2026 г.)

### **2.2. Условия реализации программы**

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

<b>№</b>	<b>Наименование оборудования</b>	<b>Количество</b>
1	Спортивный зал	1
2	Гимнастические скамейки	8
3	Шведские лесенки	10
4	Перекладины для подтягивания	2
5	Гимнастические маты	5
7	Конусы	10
8	Мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные	20
9	Секундомер	1
10	Скакалки	15
11	Мячи набивные	7



### **2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы**

Оценочные материалы — методика, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

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

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и последующих лет обучения, ранее не занимающихся по данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.

Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

Для определения результативности обучения проводится мониторинг в форме соревнований и физических и технических нормативов.

Для оценки обучающихся используется бальная система.

#### **Критерии оценки обучения**

##### **1. Оборудование и инвентарь**

1. 1 очко - учащийся слабо знает названия оборудования и инвентаря.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает названия оборудования и инвентаря.
3. 3 очка - учащийся твердо знает названия оборудования и инвентаря.

##### **2. Правила игры в футбол**

1. 1 очко - учащийся слабо знает правила футбола.
2. 2 очка - учащийся достаточно знает правила футбола.
- 3.3 очка - учащийся твердо знает правила футбола.

### 3. Нормативы

Бег 60 м, прыжок в длину/высоту, челночный бег, бег 1 км, бег 2 и 3 км, подтягивание, отжимания, пресс, метание, тройной прыжок.

Оценка нормативов зависит от возраста ребенка.

### 4. Тактика

Игра 3:3, игра 4:4

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем  $\frac{1}{2}$ , предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при игре.

2. 2 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более  $\frac{1}{2}$ , не активно применяет их при игре.

3. 3 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более  $\frac{1}{2}$ , активно применяет их при игре.

### 5. Техника

Жонглирование, передачи внутренней и внешней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внешней стороной стопы

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем  $\frac{1}{2}$ , предусмотренных умений и навыков, испытывает серьёзные затруднения при игре.

2. 2 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более  $\frac{1}{2}$ , не активно применяет их при игре.

3. 3 очка - объём усвоенных умений и навыков составляет более  $\frac{1}{2}$ , активно применяет их при игре.

Общая оценка:

Высокий уровень - не менее 15 очков.

Средний уровень – не менее 10 очков.

Низкий уровень – не менее 5 очков.

### ***Формы подведения итогов реализации программы:***

- ☐ тестирование (индивидуальное),
- ☐ открытые занятия,
- ☐ соревнования, спартакиады, матчи, турниры,

- ☐ педагогическое наблюдение,
- ☐ отзывы детей и родителей.

**Контроль осуществляется:** по двигательной активности - на основании результатов тестов.

**Способы фиксации результата:**

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),
2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.
3. Дневники достижений.

## **2.4. Список литературы для педагога:**

Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.

Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978.

Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.

Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.

Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979.

Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

## **2.5. Список литературы для обучающихся.**

Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).

Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.

Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978.

Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1881.

Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974.

Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.

Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.

Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой»  
2006 г.