

Министерство образования и науки Тамбовской области
Тамбовское областное государственное автономное
общеобразовательное учреждение
«Котовская школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья»

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2023 г.
Протокол №8



**Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»
(уровень освоения – стартовый)**

Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Протопопова Лариса Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Котовск 2023

Информационная карта программы

1. Учреждение	Тамбовское областное государственное автономное общеобразовательное учреждение «Котовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» физкультурно-спортивной направленности
3. Сведения об авторах:	
3.1. Ф. И. О., должность	Протопопова Лариса Анатольевна, педагог дополнительного образования
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база	<ul style="list-style-type: none"> - Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Федеральный закон от 26 мая 2021 г. № 144-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»; - Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. №678-р); - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р); - Стратегия развития образования детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на период до 2030 года (утв. Приказом управления образования и науки Тамбовской области от 09.03.2022 №545); - Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242); - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по общеобразовательным программам»; - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»; - Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»; - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального

	обучения, дополнительным общеобразовательным программам»; - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; - Устав ТОГАОУ «Котовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Направленность	Физкультурно-спортивная
4.4. Тип программы	Общеразвивающая
4.5. Вид программы	Адаптированная
4.6. Возраст обучающихся по программе	12-17 лет
4.7. Продолжительность обучения по программе	1 год

Блок №1 «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность, способствует выявлению и развитию спортивного интереса обучающегося, его творческих возможностей и личного потенциала, направлена на физическое развитие и приобщение к здоровому образу жизни.

Приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие обучающимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить обучающихся к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность обучающихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

Как известно, нарушения в различных сферах у обучающихся с

задержкой психического развития в преобладающем большинстве случаев сочетаются с аномальным развитием двигательной сферы, становление которой неотделимо от познания мира, овладения речью, трудовыми навыками, поэтому особое значение для социализации и интеграции личности данной категории детей имеет уровень их сформированности.

Одной из главных причин, затрудняющих формирование двигательных умений и навыков у детей, имеющих нарушения развития, являются нарушения моторики, не только накладывающие отрицательный отпечаток на их физическое развитие, но и сказывающиеся на социализации личности, развитии познавательной и трудовой деятельности, последующей социально-трудовой адаптации по окончании школы.

Коррекция двигательных нарушений средствами адаптивной физической культуры является обязательным и важным направлением коррекционно-воспитательной работы в специальных (коррекционных) школах, поскольку процесс физического воспитания оказывает значительное влияние на развитие личностных качеств аномального ребенка и в известной мере — на становление его познавательной деятельности.

Новизна программы заключается в том, что в ней введен раздел «Техническая и тактическая подготовка игры в футбол», благодаря чему введено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование технико-тактических приемов, что позволяет привлечь как можно больше обучающихся к занятиям по футболу и привить им любовь к этому виду спорта. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия по этой программе позволят обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, т.к. количество учебных часов, отведенных на изучение раздела «Футбол» в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами. Программа актуальна на сегодняшний день, т.к. ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой. Систематические занятия футболом способствуют развитию у обучающихся силы, быстроты, выносливости, решительности, чувства коллективизма, а также улучшают деятельность центральной нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и др., что плодотворно сказывается на здоровье занимающихся.

Отличительной особенностью 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 ориентирует обучающихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Адресат программы.

Программа рассчитана для обучающихся с задержкой психического развития 12-17 лет. Наполняемость учебной группы 9 -12 человек.

Занимающиеся с нарушениями в развитии отстают от нормы по показателям силы, быстроты, выносливости, координации, прыгучести. Занятия в спортивной секции «Футбол» способствуют восполнению этого дефицита, активизируя их моторику, как самый мощный стимулятор физиологических функций, нервно-мышечного аппарата и интеллекта.

Объем программы.

Учебный материал рассчитан на 68 часов, 2 раза в неделю, продолжительностью по 40 мин.

Формы организации обучения и виды занятий

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических качеств обучающихся, овладения техникой и тактикой игры в футбол и ее основными правилами.

Основные задачи:

Образовательные:

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Воспитательные:

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

Развивающие:

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

1.3. Содержание программы Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводная занятие: Знакомство с курсом программы.	1	0,5	0,5	Опросы, контрольные испытания
1	Общая физическая подготовка	21	0,5	18,5	Игры, соревнования
2	Специальная физическая подготовка	20,5	0,5	18	Игры, соревнования
3	Технико-тактическая подготовка	10,5	0,5	10	Игры, соревнования
4	Подвижные игры с элементами футбола.	12,5	0,5	10	Игры, соревнования
5	Сдача контрольных нормативов	2,5	0,5	2	Опросы, контрольные испытания
6	Судейская практика			6	Игры, соревнования
	Итого	68	3	65	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория– 0,5 часа: Знакомство с курсом программы.

Спорт в России. Инструктаж по технике безопасности. Правила оказания первой помощи.

Практика – 0,5 часа:

Диагностика определение уровня освоения теоретической части программы.

Раздел 1. Общая физическая подготовка

Теория– 0,5 часа:

Физическая культура как средство воспитания организованности, трудолюбия,

ноли и других нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.

История развития

футбола в России.

Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами.

Гигиенические требования к одежде и обуви.

Практика – 18,5 час.:

Значение ОФП в подготовке футболистов.

Строевые упражнения, ходьба и бег. Значение строевых упражнений в воспитании дисциплинированности и формировании личности.

Строй, шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция, направляющий.

Расчёт, повороты и полуобороты на месте и в движении.

Построение и перестроение в одну, несколько шеренг или колонн.

Разучивание строевых, общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов. Упражнения из других видов спорта, спортивные игры.

Выполнение построения в шеренги, колонны.

Выполнение поворотов и полуоборотов на месте и в движении.

Построение и перестроение в одну, несколько шеренг или колонн.

Ходьба и бег. Ходьба на носках, на пятках, на внутренних и наружных сводах стопы.

Ходьба с высоким подниманием бедра, выпадами, в полу-приседе, приставными и крестными шагами. Ходьба с изменением темпа и направления движения, характера работы рук.

Бег на носках, с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад, на прямых ногах, скрестным шагом.

Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов:

- для рук и плечевого пояса (отведение, приведение, сгибание, разгибание, круговые движения в плечевом, локтевом, лучезапястном суставах, в различных исходных положениях, на месте и в движении и др.);

- для мышц туловища (наклоны в различные стороны, повороты, круговое движения и различных и.п., с различными положениями рук и ног);

- для мышц ног (махи вперед – назад, в стороны из различных и.п., выпады вперед и в стороны, приседание на одной и на обеих ногах, подскоки в выпаде и в приседе, прыжки на двух ногах, с ноги на ногу, на месте и с продвижением, скрестные прыжки на месте и с продвижением);

- для мышц шеи (наклоны головы вперед, в стороны, назад, круговые движения головой);

- упражнение с сопротивлением (парные и групповые в различных и.п., подвижные игры с элементами сопротивления);

Выполнение общеразвивающих упражнений с предметами:

- с короткой и длинной скакалкой (прыжки на одной, двух ногах, с вращением скакалки вперед- назад, в приседе и полу-приседе, на месте и с продвижением);

- с набивными и баскетбольными мячами (наклоны, повороты, круговые движения, приседание, выпады). Броски мяча ногами вперед (набивного), ведение мяча рукой в приседе (баскетбольного), парные упражнения с мячом;

Упражнения из других видов спорта.

- спортивные и подвижные игры;

- эстафетный бег с прыжками, метаниями, переноской предметов, комбинированный.

Упражнения на координацию:

- 1 Удерживать мяч на голове, медленно присесть и встать.

- 2 Касание пяток пальцами рук.

- 3 Стоя на одной ноге, поднять другую вперед и подтянуть к животу

- 4 Прыжки боком через фишки.

- 5 Передвижение вправо и влево через фишки.

Упражнения для мышц стопы:

1 Ходьба на носках.

2 Ходьба на пятках (пальцы поднимать как можно выше).

3 Ходьба на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками).

4 Сидя на скамейке, захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет.

5 Сидя на скамейке, захватить стопами обеих ног мяч, стоящий на полу, подбросить и поймать.

Акробатические упражнения. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях.

Перекат вправо (влево) из упора, стоя на правом (левом) колене, левая в сторону на носок. Перекаты в сторону в широкой группировке. Кувырок вперед из упора в положении сидя в группировке и в прыжке.

Челночный бег (3x10 м). Бег на 30 м. Бег без учета времени на 300 и 400 м. 6-ти минутный или 12-ти минутный бег. Вбрасывание мяча на дальность.

Полоса препятствий (из 10 видов упражнений).

Кроссовая подготовка 1—2 км.

Подвижные игры.

Упражнения для формирования осанки. Упражнения у вертикальной плоскости.

Раздел 2. Специальная физическая подготовка

Теория – 0,5 часа:

Специальные упражнения и их значение в подготовке футболистов.

Значение акробатических и координационных упражнений в подготовке футболистов.

Практика - 18 часов:

Упражнения для развития ловкости «Челночный» бег на 5,6 и 10 м.

Беговые и прыжковые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, бег спиной вперед. Бег скрестными шагами. Бег приставными шагами. Прыжки: вверх-вправо и вверх-влево, толчком одной ногой с разбега. Повороты: переступанием и прыжком.

Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом.

Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки.

Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу, прыжки через футбольные мячи.

Упражнения на развитие координации на координационной лестнице.

Специальные силовые упражнения.

Акробатические упражнения.

Упражнения с набивными мячами.

Раздел 3. Техничко-тактическая подготовка

Теория – 0,5 часа:

Значение технической подготовки в футболе. Основы техники игры в футбол.

Понятие о технике игры.

Практика- 10 часов:

Удары по мячу ногой. Удары по стоячему и двигающемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Выполнение удара на точность: в ворота, партеру.

Остановка мяча. Остановка опускающегося мяча серединой подъема.

Остановка

мяча изученными способами, подготавливая его для последующих действий и прикрывая туловищем.

Ведение мяча. Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения.

Обманные движения. Финт «уход» от соперника выпадом (при атаке соперника

показать туловищем движение в одну сторону и рывком уйти в сторону).

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из положения «в шаге». Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.

Раздел 4. Подвижные игры с элементами футбола

Теория – 0,5 часа. Правила подвижных игр с элементами футбола.

Практика - 10 часов «Волейбол ногами», «Гандбол с элементами игрой головой», «Отдай мяч капитану», «Салки мячом». «Собачки». «Игра в четверо ворот», «Игра одновременно ногами и руками». «Футбол в присядку», «5 передач-гол», «Футбол в парах».

Раздел 5. Сдача контрольных нормативов

Теория – 0,5 часа. Инструктаж по технике безопасности. Правила оказания первой помощи.

Практика - 2 часа. Сдача контрольных нормативов.

Контрольно-переводные нормативы по ОФП, СФП, технической подготовке обучающихся секции футбола

ОФП:

1. бег 30 м (сек)
2. бег 300 м (сек)
3. прыжки в длину (см)

СФП:

1. бег 30 м с ведением мяча (сек)
2. вбрасывание мяча на дальность (м)

Техническая подготовка:

1. удары по мячу на точность (число точных ударов из 10)
2. жонглирование мячом (кол-во раз)

Раздел 6. Судейская практика

Практика - 6 часов. Занимающиеся регулярно привлекаются в качестве тренеров для проведения учебно-тренировочных занятий. Для проведения разминки, занятий по физической подготовке. Учащиеся учебно-тренировочных групп должны хорошо знать правила соревнований и требования к выполнению технических элементов. Систематически

привлекаться к судейству товарищеских игр, районных соревнований в качестве помощника судьи.

1.2. Планируемые результаты

Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Ожидаемые результаты:

- Освоение техническими приемами в процессе перехода к двухсторонней игре
- Совершенствование техники владения мячом
- Освоение тактики игры

Формы подведения итогов:

- Тестирование
- Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
- Соревнования

Требования к знаниям и умениям занимающихся:

- Знать правила техники безопасности на занятиях
- Знать режим дня спортсмена
- Освоение основ личной гигиены
- Знать правила спортивных соревнований
- Владеть основными техническими приемами футбола
- Пробегать дистанцию 30 м на результат
- метать на дальность на результат
- выполнять прыжок в длину с места на результат

**Блок №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»
Условия реализации программы «Футбол»**

<i>Материально-техническое обеспечение</i>	<i>Информационное обеспечение</i>
спортивный зал, футбольное поле 100 x 50, футбольная сетка – 2, футбольные ворота – 2, комплект мячей – 10, демонстрационная доска – 1, судейский свисток – 1, фишки – 10, медицинская аптечка – 1, футбольная форма – 11.	фильмы о великих игроках, портреты лучших игроков мира.
<i>Кадровое обеспечение</i>	
Квалификационные требования: высшее или среднее педагогическое образование, соответствие специальности и квалификации по диплому профилю программы без предъявления требования к стажу работы.	Необходимые компетенции: (см. пункт 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт)

I. Методическое обеспечение.

Основными формами образовательной деятельности являются теоретические и групповые практические занятия, тренировки по индивидуальным планам, календарные соревнования, учебные и товарищеские игры, учебно-тренировочные занятия в спортивно-оздоровительном лагере и на учебно-тренировочном сборе, занятия по подготовке и сдаче контрольных нормативов, воспитательно-профилактические и оздоровительные мероприятия.

Подготовка футболистов проводится в несколько этапов, которые имеют свои специфические особенности. Главным отличием является возраст и уровень физического развития обучающихся детей, зачисляемых в ту или иную группу подготовки. Для зачисления дети проходят тестирование по показателям физического развития, и общей физической подготовленности.

К основным методам

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Основные методы секции футбола:

- «Погружение» учащегося в эмоционально-насыщенный игровой психофизический режим функционирования, при котором микрострессовые воздействия будут стимулировать возникновение новых адаптивных (приспособительных) навыков за счёт перепрограммирования сохраненных отделов коры головного мозга.

1. Метод словесного описания упражнений. Это самый универсальный метод. С его помощью решаются различные задачи (постановка задач обучения, описание техники движений, описание техники движений, управление ходом обучения, анализ результатов исполнения задания).

2. Метод показа упражнений. Наиболее наглядным является показ самим преподавателем изучаемых элементов. Такое исполнение помогает создать целостную картину упражнения. Для детей с нарушением в развитии этот метод является неотъемлемой частью обучения, т.к. опирается на

сохранные психические структуры (рефлекс подражания).

3. Метод расчлененного разучивания. Метод заключается в искусственном дроблении изучаемого двигательного действия на составные части и последовательном их освоении при дальнейшем соединении в целое упражнение.

4. Игровой метод. Данный метод предполагает использование подвижных и спортивных игр, развивающих для лыжной подготовки качества (скорость реакции, координация в пространстве, техника функционального бега).

Способами определения результативности могут быть упражнения для оценки разносторонней физической подготовленности. Участие в соревнованиях по ОФП, участие в соревнованиях по футболу.

2.2 Формы аттестации

- Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: беседа, инструктаж, опрос.

- Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: сдача нормативов, соревнования.

Формы контроля: контрольные упражнения для оценки разносторонней физической подготовленности, участие в соревнованиях по ОФП, участие в соревнованиях различного уровня. Для формирования и контроля специальных знаний по здоровому образу жизни – использовать теоретическое тестирование.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Основной показатель работы секции по футболу – выполнение в конце года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно-качественных показателях технической, тактической, физической, теоретической подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям, результаты участия в которых также станут показателем работы секции.

2.3 Оценочные материалы

Предполагаемые результаты и способы их проверки.

Оценочные процедуры освоения программы в рамках данной образовательной программы осуществляются в ходе текущего контроля за успеваемостью, промежуточной аттестации, итоговой аттестации и представляют собой совокупность регламентированных процедур, организационную форму процесса оценивания, посредством которого педагогом производится оценка освоения обучающимися образовательной программы.

Оценочные материалы, обеспечивающие реализацию данной образовательной программы, представлены тестовыми заданиями по оценке

уровня физической, технической подготовки и контрольно-переводными нормативами.

Формы и методы контроля: самостоятельная, творческая работа (презентация), контрольное тестирование, контрольные нормативы, соревнование, опрос, наблюдение.

Этапы контроля: текущий, промежуточный, итоговый.

Этапы педагогического контроля

Этап	Сроки контроля	Цель контроля	Формы контроля	Методы контроля	Уровни оценочных критериев
Текущий контроль	В течение учебного года	Выявление уровня освоения темы, раздела	Тестирование, физические упражнения, соревнования	Наблюдение, опрос, карты результатов, протоколы	Высокий Средний Низкий
Промежуточный контроль	В конце учебного года	Выявление уровня освоения части программы	Контрольные нормативы Презентации	Карты результатов физической и технической подготовки	Высокий Средний Низкий
Итоговый контроль	По окончании реализации программы	Выявление уровня освоения программы	Контрольные нормативы Соревнование	Карты результатов физической и технической подготовки, анализ уровня подготовки, рекомендации	Высокий Средний Низкий

1.2. Для оценки освоения программы обучающимися в части **технической подготовки** используются тестовые упражнения, перечисленные в таблице. Для обучающихся определенных возрастных категорий представлены и нормативы.

№	Упражнение	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
Для полевых игроков							
1.	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	2	3	4	5	6	7
2.	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек.)	9,5	9,4	9,3	9,2	8,7	8,5
3.	Жонглирование мячом (количество раз)	6	7	10	15	20	более 25
Для вратарей							
1.	Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность	20	25	30	34	38	40

	(м)						
2.	Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)	35	40	45	50	55	58
3.	Бросок мяча на дальность (м)	12	15	20	24	26	30

2.4. Методическое обеспечение программы

<i>№ п/п</i>	<i>Название раздела</i>	<i>Формы организации занятий</i>	<i>Методы и приёмы обучения</i>
1.	Развитие футбола в России	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
3.	Оборудование мест занятий	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
4.	Правила игры	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, наглядно-зрительный, упражнения в парах, тренировки, видеоматериал.
5.	Общая и специальная физическая подготовка	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
6.	Основы техники и тактики игры	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
7.	Контрольные игры и соревнования	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.

8.	Тестирование	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, коллективно-групповая, работа в парах	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом, видеоматериал.
----	--------------	--	--

Методическое и материально-техническое обеспечение образовательной программы

- Футбольное поле;
- Спортивный зал;
- Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная);
- Комплект футбольных мячей (на команду);
- Теннисные мячи;
- Футбольные ворота;
- Воротные сетки;
- Компрессор для накачки мячей;
- Стойки и «пирамиды» для обводки;
- Видеоматериалы о технических приёмах в футболе;
- Компьютер
- ЭУМП «Футбол»
- Интерактивная доска - 1 штука.

2.4 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ для педагога:

2.5

1. Андреев С.Н. Мини-футбол М., ФиС, 1978.
2. Андреев С.Н. Футбол в школе М. Просвещение, 1986.
3. Иванов Ю.И., Михайлова Э.И. Играйте на здоровье М. Московская правда, 1991
4. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. М., ФиС, 1971.
5. Метод. рекомендации по орг. массовых соревнований по футболу М., 1987.
6. Никитин Б.П., Никитина Л.А. Резервы здоровья наших детей М., ФиС, 1990.
7. Симаков В.И. Футбол: комбинации в парах. М., ФиС, 1980.
8. Сушков М.П., Розин М.Б., Ваш друг – кожаный мяч. М., ФиС, 1977.
9. Футболист в игре и тренировке Под ред. Савина С.А. М., ФиС, 1975.
10. Филин В.П., Фомин Р.А. Основы юношеского спорта М., ФиС, 1980.
11. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол М., ФиС, 1975.

Для обучающихся и родителей:

1. Андреев С.Н. Играй в мини-футбол М. Советский спорт, 1989г.
2. Андреев С.Н. Футбол – твоя игра. М., 1989г.
3. Бирюкова А.А. Самомассаж. М.: Знание. 1985. №4.
4. Богданов Г.П. Школьникам – здоровый образ жизни М., ФиС, 1989г.

5. Дмитриев В.Н. Игры на свежем воздухе М., МСП,1998г.
6. Клусов Н.П. Стадионы во дворе М.Просвещение,1984г.
7. Куценко Г.И., Кононов Н.Ф. Режим дня школьника М.,1983г.
8. Лаптев А.П. Гигиена физкультурника. М., Знание,1989г.
9. Литвинов Е.Н. и др. Спорт в твоей жизни. М., Просвещение,1984г.

Интернет-ресурсы

1. <https://ru.wikipedia.org> – Википедия свободная энциклопедия.
2. www.minsport.gov.ru - Официальный сайт Министерства спорта РФ.
3. <http://минобрнауки.рф> - Министерство образования и науки РФ.
4. <http://www.rfs.ru> - Российский футбольный союз.