



## 1.1. Пояснительная записка

### Нормативные правовые основы разработки ДООП:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ от 29.12.2012;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030г. (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р);

Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации 09-3242 от 18.11.2015 г. О направлении информации «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые);

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Устав МБОУ "Славгородская СОШ;

Положение о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы МБОУ «Славгородская СОШ».

### Актуальность:

Футбол – командная игра, но этапе подготовки командные задачи вторичны. На первый план выходит индивидуальное обучение техническим приемам и развитие координационных способностей обучающихся. В футболе будущего особенно востребованными окажутся игроки, индивидуальное техническое мастерство которых позволит им эффективно играть в зонах, насыщенных соперниками.

**Обучение включает в себя следующие основные предметы:** физическая культура

**Направленность ДООП:** физкультурно-спортивная

**Адресат ДООП:** занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Академический час – 40 минут. Количественный состав детей в группе - 15 человек. Группа формируется по возрастной категории. «Стартовый уровень» рассчитан для обучающихся в возрастной категории 11-14 лет.

**Срок и объем освоения ДООП:** 1 год, 34 педагогических часа, из них: «Стартовый уровень» - 1год, 34 педагогических часа;

**Форма обучения:** очная, дистанционная.

**Особенности организации образовательной деятельности:** разновозрастная группа

**Формы и режим реализации программы.**

*Форма организации занятий* – очная, групповая.

*Форма проведения занятия (вид):* учебно-тренировочные занятия, комплексные занятия, интегрированные занятия, открытые занятия, соревновательные.

*Формы организации деятельности обучающихся на занятии:* фронтальная, в парах, групповая, малогрупповая, индивидуальная.

*Основными формами обучения являются:* групповые и индивидуальные занятия, также могут быть учебные занятия; работа по индивидуальным планам; участие в физкультурно-массовых мероприятиях; восстановительные мероприятия; тестирование и контроль, промежуточная и итоговая аттестация.

### Режим занятий:

Таблица 1.1.1

Предмет	Стартовый уровень
Физическая культура	1 час в неделю; 34 часа в год.

## 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

**Цели:** получение детьми удовольствия от двигательной активности, физическое, нравственное и психологическое развитие обучающихся на основе их двигательной и творческой деятельности. Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

### Основные задачи программы:

#### *обучающие:*

- предоставление знаний о развитии физической культуры, спорта и футбола в России;
- предоставление знаний об истории зарождения футбола о легендарных отечественных и зарубежных футболистах, тренерах;
- формирование знаний по футбольным терминам и определениям;
- формирование знаний по правилам безопасного поведения во время занятий футболом;
- влияние физических упражнений на организм человека;
- формирование знаний о режиме дня при занятиях футболом, соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом.

#### *воспитательные:*

- воспитание устойчивого интереса к систематическим занятиям футболом;
- формирование желания к ведению образа жизни;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям футболом в свободное время.

#### *развивающие:*

- обеспечение всесторонней физической подготовки с развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- овладение основными техническими элементами в футболе;
- овладение основами индивидуальной, групповой тактики игры в футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- развитие умений ориентироваться в пространстве;
- укрепление здоровья средствами общей и специальной физической подготовки.

### Программа гарантирует:

- результативный для педагога и воспитанника процесс обучения;
- высокий и прочный уровень обученности;
- формирование у занимающихся умений и навыков научиться;
- полноценное соединение знаний и практических навыков.

**Ожидаемые результаты:**

**Таблица 1.2.1**

	<b>Стартовый уровень</b>
<b>Личностные результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- проявлять чувства гордости за спортивную державу – Россию через достижения Национальной сборной команды страны по футболу на Чемпионатах мира, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх;</li> <li>- проявлять уважительное отношение к сверстникам, культуру общения и взаимодействия;</li> <li>- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</li> <li>- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство при достижении поставленных целей на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</li> <li>- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общих интересов;</li> <li>- понимать установку на здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</li> </ul>
<b>Метапредметные результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств и способов её осуществления;</li> <li>- уметь планировать, контролировать и оценивать учебные действия, собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;</li> <li>- уметь характеризовать действия и поступки, давать им анализ и объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;</li> <li>- понимать причины успеха/неудачи учебной деятельности;</li> <li>- определять общие цели и пути ее достижения; адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих;</li> <li>- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;</li> <li>- обеспечивать сохранность спортивного инвентаря и оборудования.</li> </ul>
<b>Предметные результаты</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формировать представление о роли и значении занятий футболом как средством укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств человека;</li> <li>- формировать знания по истории возникновения игры в футбол, достижениях сборной России, о легендарных отечественных футболистах, тренерах;</li> <li>- формировать навыки безопасного поведения во время занятий футболом, правил личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий футболом;</li> <li>- выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;</li> <li>- выполнять упражнения на развитие быстроты, ловкости, гибкости, а также специальные упражнения для формирования техниче-</li> </ul>

	<p>ских действий футболиста;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять различные виды передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности;</li> <li>- выполнять индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки/прием, обманные движения (финты), отбор мяча;</li> <li>- выполнять базовые тактические комбинации: в парах, в тройках; забегания, смещения;</li> <li>- участвовать в учебных играх в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;</li> <li>- выполнять контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке и оценке показателей физической подготовленности обучающихся;</li> <li>- демонстрировать во время учебной и игровой деятельности волевые, социальные качества личности, организованности, ответственности;</li> <li>- проявлять уважительное отношение к сверстникам, проявлять культуру общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях футболом.</li> </ul>
--	---

**1.3. Содержание программы  
«Футбол»  
Стартовый уровень (1 год обучения)  
Учебный план**

Таблица 1.3.1

<b>№ п/п</b>	<b>Вид подготовки, название раздела программы, тема</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Количество часов теория</b>	<b>Количество часов практика</b>	<b>Форма аттестации (контроля) по разделам, темам</b>
1.	Введение. Техника безопасности. Физическая культура, спорт, футбол в России	1	0,5	0,5	вводная
2.	Влияние физических упражнений на организм человека Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	1	0,5	0,5	текущая
3.	Правила игры, организация соревнований. Основы техники и тактики игры футбол.	1	0,5	0,5	текущая
4.	Элементы владения футбольным мячом	1	0,5	0,5	текущая
5.	Ведение мяча (по прямой, с изменением направления движения), развороты:	1	0,5	0,5	текущая

6.	- внешней частью подъема стопы	1	0,5	0,5	текущая
7.	- средней частью подъема стопы	1	0,5	0,5	текущая
8.	- внутренней частью подъема стопы	1	0,5	0,5	текущая
9.	- внутренней стороной стопы	1	0,5	0,5	текущая
10.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	0,5	0,5	текущая
11.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	0,5	0,5	текущая
12.	Удары и передачи по мячу: внутренней частью подъема стопы (по неподвижному мячу)	1	0,5	0,5	текущая
13.	Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой	1	0,5	0,5	текущая
14.	Нападение и защита в игровых заданиях 1х1, 2х1,2х2, 3х3	1	0,5	0,5	текущая
15.	Нападение и защита в игровых заданиях 1х1, 2х1,2х2, 3х3	1	0,5	0,5	текущая
16.	Нападение и защита в игровых заданиях 1х1, 2х1,2х2, 3х3	1	0,5	0,5	текущая
17.	Нападение и защита в игровых заданиях 1х1, 2х1,2х2, 3х3	1	0,5	0,5	текущая
18.	Элементы владения футбольным мячом	1	0,5	0,5	текущая
19.	Ведение мяча (по прямой, с изменением направления движения), развороты:	1	0,5	0,5	текущая
20.	- внешней частью подъема стопы	1	0,5	0,5	текущая
21.	- средней частью подъема стопы	1	0,5	0,5	текущая
22.	- внутренней частью подъема стопы	1	0,5	0,5	текущая
23.	- внутренней стороной стопы	1	0,5	0,5	текущая
24.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	0,5	0,5	текущая
25.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	0,5	0,5	текущая

	муся)				
26.	Удары и передачи по мячу: внутренней частью подъема стопы (по неподвижному мячу)	1	0,5	0,5	текущая
27.	Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой	1	0,5	0,5	текущая
28.	Элементы владения футбольным мячом	1	0,5	0,5	текущая
29.	Элементы владения футбольным мячом	1	0,5	0,5	текущая
30.	Учебные игры и соревнования	1	0,5	0,5	текущая
31.	Учебные игры и соревнования	1	0,5	0,5	текущая
32.	Учебные игры и соревнования	1	0,5	0,5	текущая
33.	Учебные игры и соревнования	1	0,5	0,5	текущая
34.	Контрольные и итоговое занятие.	1	0,5	0,5	текущая
	итого	34	17	17	

Таблица 1.3.2

### План воспитательной работы в каникулярное время

№	Мероприятие	Сроки проведения
1.	Проведение бесед с учащимися учебных групп по технике безопасности (на занятиях). История игр. Правила и судейство соревнований.	октябрь
2.	Игры и соревнования по плану Спартакиады.	октябрь
3.	Турниры между классами по футболу. Беседы о гигиене, выборе спортивной одежды, спортивной обуви для занятий спортом	март-апрель
4.	Приём и сдача нормативов. Беседы о здоровом образе жизни, о негативном влиянии вредных привычек на здоровье человека)	март-апрель

Таблица 1.4.1

### Календарно-тематическое планирование 34 часа.

№ п/п	тема	Количество часов	Дата проведения
1.	Введение. Техника безопасности. Физическая культура, спорт, футбол в России	1	
2.	Влияние физических упражнений на организм человека Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	1	

3.	Правила игры, организация соревнований. Основы техники и тактики игры футбол.	1	
4.	Элементы владения футбольным мячом	1	
5.	Ведение мяча (по прямой, с изменением направления движения), развороты:	1	
6.	- внешней частью подъема стопы	1	
7.	- средней частью подъема стопы	1	
8.	- внутренней частью подъема стопы	1	
9.	- внутренней стороной стопы	1	
10.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	
11.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	
12.	Удары и передачи по мячу: внутренней частью подъема стопы (по неподвижному мячу)	1	
13.	Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой	1	
14.	Нападение и защита в игровых заданиях 1x1, 2x1,2x2, 3x3	1	
15.	Нападение и защита в игровых заданиях 1x1, 2x1,2x2, 3x3	1	
16.	Нападение и защита в игровых заданиях 1x1, 2x1,2x2, 3x3	1	
17.	Нападение и защита в игровых заданиях 1x1, 2x1,2x2, 3x3	1	
18.	Элементы владения футбольным мячом	1	
19.	Ведение мяча (по прямой, с изменением направления движения), развороты:	1	
20.	- внешней частью подъема стопы	1	
21.	- средней частью подъема стопы	1	
22.	- внутренней частью подъема стопы	1	
23.	- внутренней стороной стопы	1	
24.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	
25.	Удары и передачи по мячу: внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)	1	
26.	Удары и передачи по мячу: внутренней частью подъема стопы (по неподвижному мячу)	1	
27.	Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой	1	
28.	Элементы владения футбольным мячом	1	
29.	Элементы владения футбольным мячом	1	
30.	Учебные игры и соревнования	1	
31.	Учебные игры и соревнования	1	
32.	Учебные игры и соревнования	1	
33.	Учебные игры и соревнования	1	
34.	Контрольные и итоговое занятия.	1	
	итого	34	

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Таблица 1.4.2

### 2.1 Календарный учебный график

Период	Сроки
Начало учебного года	16.09
Окончание учебного года	25.05
Продолжительность каникул	26.05.2025-31.08.2025
Количество учебных недель	34
Количество учебных дней	34

### 2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	Футбольное поле/площадка (40x20 минимум)
	Ворота футбольные (2x3)
	Малые ворота (1,2x0,80)
	Мяч футбольный № 5
	Мяч футбольный № 4
	Стойка для обводки
	Конус тренировочный
	Фишки
	Насос ручной
	Сетка для мячей
	Манишка тренировочная (два цвета)
	Спортивный зал (24x12 минимум)
Информационное обеспечение	Предметно-развивающая среда: стенд с информацией по правилам игры, инструкции по технике безопасности. Интернет.
Кадровое обеспечение	Учитель физической культуры

### 2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Большую роль в работе педагога играет комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся. Теоретическая подготовка проверяется в ходе учебного занятия или соревновательной деятельности применительно к изучаемому на практике материалу. Контроль учебной де-

тельности ведется на основе оценки спортивной нагрузки.

Эффективность контроля нагрузок влияет на качество управления тренировочной деятельностью.

**Средством контроля** за уровнем нагрузки на занятиях проводится по карте педагогического наблюдения за степенью утомления учащихся.

При определении степени утомления обучающихся необходимо знать и учитывать индивидуальные особенности организма ребенка.

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности обучающихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства.

**Формой контроля** является мониторинг по общей физической, специальной и технической подготовке. Инструментарием мониторинга являются контрольно-тестовые упражнения, разработанные с учетом возрастной категории и гендерной принадлежности обучающихся.

Мониторинг проводится в конце первого полугодия - промежуточный контроль, а в конце учебного года – итоговая диагностика уровня подготовленности. Промежуточный контроль, диагностика уровня подготовленности проводится каждый учебный год, а в конце всего обучения (май) проводится итоговая аттестация за весь период обучения.

Итоговая аттестация (итоговый мониторинг) обучающихся по программе «Футбол» проводится с целью определения соответствия результатов освоения программы заявленным задачам и планируемым результатам.

## 2.4. Оценочные материалы

### Контрольно-тестовые упражнения для обучающихся.

*Общая и специальная физическая подготовка:*

1. Сгибание и разгибание рук в упоре/подтягивание в висячем положении на низкой перекладине;
2. Прыжок в длину с места;
3. Челночный бег 3х10 метров;

*Техническая подготовка:*

1. Удары по воротам на точность с места:  
- 11–13 лет – с 5 м., ворота 1 м.х1,5 м.
2. Ведение мяча 5-м., обводка 3-х стоек и удар по воротам:  
- 11-13 лет – с 5 м., ворота 1 м.х1,5 м.
3. Жонглирование правой и левой ногой футбольного мяча (количество раз).

Примерные протоколы промежуточной аттестации обучающихся по обязательным предметным областям общей и специальной физической подготовки и технической подготовке представлены в таблицах 1, 2.

**Протокол № 1**  
**контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке,**  
**обучающихся по программе «Футбол для мальчиков»**

группа № \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_ кол-во человек в группе \_\_\_\_\_  
 Дата проведения тестирования « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

№ п/п	Фамилия, имя	Полных лет	Сила		Скоростно-силовые качества		Быстрота	
			<i>Мальчики: сгибание и разгибание рук в упоре</i>		<i>Прыжок в длину с места</i>		<i>Челночный бег 3x10м</i>	
			<i>Девочки.: подтяги- вание в висе лежа</i>					
			результат	уровень	результат	уровень	результат	уровень

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

**Протокол № 2**  
**контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке, обучающихся по программе**  
**«Футбол для мальчиков»**

группа № \_\_\_\_\_ год обучения \_\_\_\_\_ кол-во человек в группе \_\_\_\_\_  
 Дата проведения тестирования « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

№ п/п	Фамилия, имя	Полных лет	<i>Удары по воротам на точность (кол-во раз)</i>		<i>Ведение мяча 5-м., обводка 3-х стоек и удар по воротам (время)</i>		<i>Жонглирование пра- вой и левой ногой футбольного мяча (кол-во раз)</i>	
			результат	уровень	результат	уровень	результат	уровень

**Шкала оценки уровня физической и технической  
 подготовленности обучающихся.**

возраст	уровень	Общая физическая подготовка				Специальная физическая подготовка	
		<i>юн.: сгибание и разгибание рук в упоре дев.: подтягивание в висе лежа</i>		<i>Прыжок в длину с места</i>		<i>Челночный бег 3x10м</i>	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
11	<i>Высокий</i>	5	4	126	115	9.1	9.3
	<i>Средний</i>	4	3	124	110	9.2	9.4
	<i>Низкий</i>	2	1	112	90	9.4	9.6
12	<i>Высокий</i>	6	5	130	120	9.0	9.2
	<i>Средний</i>	5	4	128	115	9.1	9.3
	<i>Низкий</i>	3	2	115	95	9.3	9.7
13	<i>Высокий</i>	8	8	142	128	8.9	9.1
	<i>Средний</i>	7	6	138	124	9.0	9.2
	<i>Низкий</i>	4	3	120	118	9.2	9.5
возраст	уровень	Техническая подготовка					
		<i>Жонглирование мячом правой левой ногой</i>		<i>Ведение мяча 5 м, обводка 3-х стоек змейкой и удар по воротам</i>		<i>Пять ударов каждой ногой по воротам на точность с места</i>	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
11	<i>Высокий</i>	3	2	10.2	10.2	2	
	<i>Средний</i>	2	1	10.3	10.3	1	
	<i>Низкий</i>	1	0	10.7	10.7	0	
12	<i>Высокий</i>	4	3	10.1	10.3	3	
	<i>Средний</i>	3	2	10.2	10.4	2	
	<i>Низкий</i>	2	1	10.6	11.0	1	
13	<i>Высокий</i>	3	3	10.0	10.2	3	
	<i>Средний</i>	2	2	10.1	10.3	2	
	<i>Низкий</i>	1	1	10.4	10.5	1	

#### **Список литературы:**

1. Варюшин В. В., Лопачев Р.Ю. Первые шаги в футболе. Методическое пособие. Искусство наука и спорт, 2010 г.
2. Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А. И. Комплекс упражнений для тренировки юных футболистов. Учебно-методическое пособие. РФС. Москва. 2015 г.
3. Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в образовательных школах на основе футбола в режиме продлённого дня 1–4 класс. РФС. Москва. 2021 г.
4. Методические рекомендации по реализации модуля «Футбол» учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях. Раздел «Знания о футболе» 1–4 класс. РФС. Москва 2021 г.
5. Шагин Н. И. Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов. Учебно-методическое пособие. РФС. Москва. 2020 г.

#### **Перечень интернет-ресурсов**

1. <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/> - Федеральные стандарты
2. [http://ducperevoz.ucoz.ru/programm/programma\\_futbol\\_bezhaev.pdf](http://ducperevoz.ucoz.ru/programm/programma_futbol_bezhaev.pdf) - Модуль «Футбол»
3. <http://www.fizkulturavshkole.ru/> - Физкультура в школе
4. <https://www.rfs.ru/projects/russian-football/nasha-smena#> - Методика РФС

5. <https://fc-zenit.ru/video/academy-lessons/>- Академия «Зенит»
6. <https://www.youtube.com/playlist?list=PLEM5PAFWBmabCIz-VEH1hSTPLWm2ZyoIT> – Академия «Краснодар»

