

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №2 «Образовательный центр» имени Героя Российской Федерации Немцова Павла Николаевича села Борское муниципального района Борский Самарской области

Программа рассмотрена на заседании методического объединения
Протокол №3от «02»07.2024г.

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ №2 «ОЦ»
с.Борское
_____ Л.М.Жабина

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«Футбол 5-17 лет»

Возраст обучающихся: 5 -17 лет

Срок реализации: 3 года

Разработчик:

Черкасская Е.К. методист, Игитян А.И. ст.методист

Пользователи:

Дубасов А.Н., Чекрыгин С.В., Горлова Л.А., Юриков А.Н., Исмагулов Т.А.,
Сорокин Д.А., Мантрова Г.А.

Согласовано

Начальник ДЮСШ с.Борское
_____ Н.А. Бурлака

с. Борское 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Учебно – тематический план программы «Футбол»,»	7
3. Учебно-тематический план 1 года	8
3. Учебно-тематический план 2 года	10
4. Учебно-тематический план 3 года	12
5. Ресурсное обеспечение	14
4. Список используемой литературы	16
5. Приложение № 1	18
6. Приложение № 2	20

Пояснительная записка

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивной направленности

Актуальность программы.

Футбол, несмотря на свою простоту, обладает рядом интереснейших особенностей, делающих эту игру по- своему своеобразной и заманчивой. Во первых, здесь каждый игрок значительно чаще соприкасается с мячом и участвует в общих игровых действиях, «а это приятно»: во-вторых, в этой игре забивается дополнительно много голов, «а это интересно», в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая оборонять свои ворота и атаковать чужие. Программа направлена на популяризацию футбола в Самарской области, как спорта доступного для общеобразовательных учреждений и создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей. Эти особенности создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Таким образом, программа «Футбол» позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Данная программа составлена в соответствии с:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- План мероприятий по реализации в 2021 - 2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 № 2945-р);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями,

осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

- Устав организации

Отличительные особенности дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной. Учебный план каждого года обучения программы состоит из 3 модулей. Педагог дополняет содержание модуля самостоятельно, разрабатывая дополнительный учебно-методический комплект к данной программе. Программа долгосрочная, рассчитана на три года. Применяется разноуровневый подход в силу разного возраста и характеров обучающихся.

Педагогическая целесообразность.

Программа «Футбол» позволяет занимающимся приобщиться к культуре «футбола», как Самарской области, России, так и мировой.

Направлена на пропаганду здорового образа жизни, средствами физической

Воспитательная работа направлена на развитие физических и духовных качеств учащихся, формирование командного духа, уважения к сопернику, спортивной дисциплины и самоконтроля. Для достижения поставленных целей используются различные методы и формы работы, такие как тренировки, соревнования, индивидуальные и групповые занятия, соревнования с другими школами и клубами. Важно также проводить беседы и дискуссии о здоровом образе жизни, роли спорта в развитии личности, о значимости физической культуры и спорта для поддержания здоровья культуры, всестороннее гармоническое развитие личности.

Цель программы – укрепление физического здоровья детей через занятия футболом, формирование у обучающихся целостного понимания игры «футбол». Воспитание гармоничной, социально активной личности.

Обучающие:

1. Обучить основным приемам техники и тактики игры в футбол.
2. Обучить знаниям и элементарным правилам судейства.

Развивающие:

1. Развивать физические качества: выносливость, быстроту, ловкость.
2. Развивать двигательные умения и навыки.
3. Развивать коммуникативные навыки общения со сверстниками и взрослыми
4. Развить интерес к изучению предмета
5. Развить гражданское самосознание обучающихся;
6. Развить самостоятельность, наблюдательность.

Воспитательные:

1. Воспитывать нравственно-волевые качества у обучающихся.
2. Формировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребность в бережном отношении к своему здоровью.
3. Воспитать интерес к истории и традициям отечественного футбола.
4. Воспитать чувство патриотизма – чувство гордости за родной край, его наследие и достижения спортсменов земляков;
5. Воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
6. Воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
7. Воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
8. приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: 5- 17 лет, оптимальное количество детей в группе – 15 человек и больше. Работа в рамках

тренировочных занятий строится по подгруппам (по возрастам): дети 5- 9 лет (младшая группа), дети 10-14 лет (средняя) и (старшая группа) 15-17 лет.

К тренировочному процессу допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности.

Сроки реализации: программа рассчитана на 3 года, объем – 154 часа в год, 3.5 часа в неделю .

Формы организации обучения:

- групповая
- подгрупповая
- мелко групповая (используется в тех случаях, когда отдельные обучающиеся отстают в физической, тактической и технической подготовке. Тренер определяет слабые места в подготовке обучающихся и дает им индивидуальные задания, которые выполняются во время занятия.

Форма обучения:

- словесные: рассказ, беседа, объяснение;
- наглядные: просмотр трансляций игр; показ упражнений, элементов игры, наблюдение.
- практические методы: практические тренировки; демонстрация упражнений, выполнение отдельных заданий, игровой.
- методы контроля: опрос, тестирование, учебная игра, сдача нормативов, участие в соревнованиях

Режим занятий

Занятия по программе «Футбол» проводятся 3 раза в неделю. Исходя из санитарно-гигиенических норм, продолжительность занятий для учащихся в неделю 3,5 академических часа.

Ожидаемые результаты

Предметные	Метапредметные	Личностные
- знать основные правила безопасности поведения на площадке, теорию игры в футбол; - знать основные правила соревнований, теорию тактических действий, простейшие способы взаимодействия игроков; - научиться переносить	Познавательные: - анализировать информацию; - выделять главное, осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения; - прогнозировать результат. Регулятивные: - самостоятельно учитывать выделенные	- владеть навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, - организовывать сотрудничество и совместную

<p>значительные физические и психические нагрузки, - знание предметной терминологии; - всесторонняя физическая подготовка быстроты, ловкости и координации движений; - укрепленное здоровье и закаленный организм; - знание элементарные теоретические сведения о личной гигиене, истории футбола.</p>	<p>педагогом ориентиры действия в новом материале; - вносить коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера сделанных ошибок; - адекватно воспринимать предложения и оценку педагогов, товарищей и родителей; Коммуникативные: - сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; - не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций - уметь работать в команде</p>	<p>деятельность со взрослыми и сверстниками; - совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им; - овладение основами самоконтроля, самооценки; - управлять эмоциями; - владеть навыками выполнения жизненно важными двигательными умениями (ходьба, бег, прыжки, лазанье и т.д.)</p>
--	---	--

Критерии оценки достижения планируемых результатов

Проверка умений и навыков проходит на каждом занятии путем выполнения изученных элементов каждым обучающимся. При необходимости проводится индивидуальная отработка элементов. Подведение итогов реализации программы проводится в форме выполнения контрольных нормативов 2 раза в год (январь и май), участия в соревнованиях и товарищеских встречах.

Формы проведения итогов:

Модуль 1- Тестирование, игра в футбол (практическая отработка теоретических знаний).

Модуль 2 - Зачётная игра в футбол(оценка технических умений обучающегося).

Модуль 3 - Контрольно-переводные нормативы (Приложение 1)

Учебно-тематический план программы «Футбол»

№	Наименование модуля	Количество часов		
		теория	практика	всего
1 год обучения (Элементы в игре)				
1	Общая физическая подготовка	10	36	46
2	Техническая и тактическая подготовка	10	36	46
3	Игровая подготовка	16	46	62
4	Электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий	по приказу учреждения обеспечение образовательного процесса с применением образовательных технологий		
5	Всего часов	36	118	154
2 год обучения (Основа футбола)				
1	Общая физическая подготовка	9	34	43
2	Техническая и тактическая подготовка	9	42	51
3	Игровая подготовка	10	50	60
4	Электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий	по приказу учреждения обеспечение образовательного процесса с применением образовательных технологий		
5	Всего часов	28	126	154
3 год обучения (Углубленная подготовка)				
1	Техническая и тактическая подготовка	8	36	44
2	Игровая подготовка	8	38	46
3	Премьер Лига	10	54	64
	Электронное обучение с применением дистанционных образовательных технологий	по приказу учреждения обеспечение образовательного процесса с применением образовательных технологий		
4	Всего часов	26	128	154

1 год обучения. «Элементы в игре»

Цель: знать основные правила безопасности поведения на площадке, иметь представление игры в футбол, развивать общую физическую подготовку. знать теорию, технику и тактику игры в футбол, уметь применить свои умения в игре.

Задачи:

- обучить основным приемам техники и тактики игры в футбол;
- приобрести знания элементарных правил судейства.
- развивать физические качества: выносливость, быстроту, ловкость;
- воспитывать нравственно-волевые качества у обучающихся;
- укреплять здоровье обучающихся.
- способствовать формированию у детей коммуникативных навыков.
- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом
- ознакомить обучающихся со специальными упражнениями в футболе.
- умение провести правильную разминку

Планируемый результат:

Знание основных приемов игры в футбол и элементарных правил судейства;
развивать выносливость, двигательные умения и навыки;
владение приемами игры в футбол на стартовом уровне;

Учебно-тематический план 1 года

№	Название темы	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1.	Вводное занятие, правила футбола	24	-	24	инструктаж
2.	Жонглирование мячом		2	2	сдача нормативов
3.	Ведение мяча		12	12	учебная игра
4.	Приемы и передачи мяча		10	10	учебная игра
5.	Игра в обороне		10	10	учебная игра
6.	Игра вратаря		10	10	учебная игра
7.	Игра в центре поля		10	10	учебная игра
8.	Игра в нападении		12	12	учебная игра
9.	Игра головой		10	10	учебная игра
10.	Виды остановок мяча	6		6	опрос
11.	Виды ударов	6		6	опрос
12.	ОФП		12	12	сдача нормативов
13.	СФП		12	12	сдача нормативов
14.	Учебная игра в футбол		12	12	учебная игра
15.	Аттестация обучающихся		4	4	сдача нормативов
16.	Итоговое занятие. Зачетная игра.		2	2	зачетная игра
Итого:		36	118	154	

Содержание программы.

- 1. Вводное занятие.** История возникновения и развития футбола. История футбола в Самарской области, России и за рубежом. Чемпионаты мира и Европы. Олимпийские игры и чемпионы. Общие правила игры в футбол. Техника безопасности при игре в футбол.
- 2. Теория владения мячом.** Передвижения игрока без мяча и с мячом.

- 3. Основные требования к игроку.** Правила поведения на занятиях, соревнованиях, питание, форма, команда и правила «честная игра».
- 4. Правила футбола.** Общие правила. Регламент игровых встреч. Размеры поля. Разметка. Площадь ворот. Штрафная площадь. Ворота. Мяч и экипировка игроков. Участники игры. Продолжительность игры. Начало игры. Вбрасывание мяча. Угловой, свободный удар. Штрафной удар, удар от ворот. Основы судейства. Жесты судей. Судейство игры. Судейские ошибки. Штрафы. *(обучение с применением дистанционных технологий)*.
- 5. Места занятий и их оборудование.** Знакомство с футбольным полем. Физкультурный зал. Тренировочная стенка. Стойки. Переносные ворота. Фишки.
- 6. Жонглирование.** Проверка и обучение навыков игрока к набиванию мяча
- 7. Прием и передачи мяча.** Передача мяча на месте в парах. Прием мяча в движении. Передачи мяча внутренней и внешней стороной стопы. Прием летящего мяча головой. Прием летящего мяча грудью. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Вбрасывание мяча из-за боковой линии и т.д.
- 8. Ведение мяча.** Ведение мяча носком в медленном темпе. Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы. Ведение мяча вокруг стоек. Скоростное ведение мяча. Ведение мяча с изменением направления движения.
- 9. Игра в обороне.** Зонная, персональная защита *(обучение с применением дистанционных технологий)*.
- 10. Игра вратаря.** Игра вратаря на выходах. Ввод мяча в игру. Ловля мяча.
- 11. Игра в центре поля.** Упражнения на выносливость. Виденье поля. Тактика владения мячом.
- 12. Игра в нападении.** Действия в атаке. Розыгрыш большинства. Дриблинг. Финты *(обучение с применением дистанционных технологий)*.
- 13. Правила игры.** Знание правил игры.. Принятие быстрых решений. Умение оценить ситуацию нарушения правил.
- 14. Игра головой.** Борьба в воздухе. Передачи головой.
- 15. Виды остановок.** Остановка катящегося и летящего мяча различными частями тела.
- 16. Виды передач.** Передачи на короткие, средние и дальние дистанции. Навесные передачи. Диагональные передачи. Передачи поперёк поля.
- 17. Виды ударов.** Удары слёта, с полулёта, с места, в движении.
- 18. ОФП.** Физические упражнения на силу.
- 19. СФП.** Разминка и специальные упражнения футболиста.
- 20. Учебная игра в футбол.** Практическая отработка полученных знаний и навыков.
- 21. Аттестация обучающихся.** Сдача нормативов.

22. Итоговое занятие. Зачётная игра (оценка технических умений обучающихся)

2 год обучения «Основы футбола»

Цель: изучить основные правила соревнований, теорию и практику технико-тактических действий.

Задачи:

- знать способы взаимодействия игроков, позиционные и командные действия
- уметь переносить значительные физические и психические нагрузки;
- знать индивидуальные действия с мячом (отбор, дриблинг, ведение и т.д.)
- знать технические действия и тактику игры в футбол;
- совершенствовать двигательные умения и навыки;
- формировать у обучающихся устойчивый мотив и потребность в бережном отношении к своему здоровью.

Планируемый результат:

- научиться переносить значительные физические и психические нагрузки,
- знать основы техники
- владеть основным арсеналом технических приемов игры, совершенствование тактических действий звеньях и линиях команды;
- определение игровых наклонностей юных футболистов (с учетом желания самого спортсмена выполнять функции вратаря, защитника, полузащитника или нападающего);

Учебно-тематический план 2 года

№	Название темы	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1	Вводное занятие, правила футбола	28	-		инструктаж
2	Технико-тактические действия вратаря		12		учебная игра
3	Технико-тактические действия команды		10		учебная игра
4	Тактика игры		10		учебная игра
5	Учебная игра в футбол		20		учебная игра
6	Судейство соревнований		12		учебная игра
7	ОФП		10		сдача нормативов
8	СФП		22		сдача нормативов
9	Прессинг		10		учебная игра
10	Аттестация обучающихся		10		сдача нормативов
11	Итоговое занятие. Зачетная игра.		10		зачетная игра

Содержание программы.

1. Вводное занятие. Звёзды Мирового и Российского футбола, Самарской области. Топ - клубы. Техника безопасности при игре в футбол.

2. Техничко-тактические действия вратаря. Ловля катящихся и летящих мячей. Отбор мяча у соперника. Ловля низких и высоких мячей. Зона вратаря. Удары по воротам из различных линий дистанции. Ловля мяча в усложненной комбинации (2 против 1, 3 против 1 и т.д.). Защита ворот 1×1. Прием и перехват мяча стоя и в падении. Вбрасывание мяча от ворот. Разминка вратаря **(обучение с применением дистанционных технологий).**

3. Техничко-тактические действия команды. Расстановка игроков на поле. Действия в нападении. Действия в защите. Построение «стенки». Действия при угловом ударе. Передвижения игроков по полю **(обучение с применением дистанционных технологий).**

4. Тактика игры. Схема игры. Выбор стиля.

5. Учебная игра в футбол. Практическая отработка полученных знаний и навыков

6. Судейство соревнований. Применения роли арбитра в матчевых встречах по футболу.

7. ОФП. Физические упражнения на силу и ловкость, координацию.

8. СФП. Разминка и специальные упражнения футболиста (быстрота, выносливость и т.д.)

9. Прессинг. Индивидуальный и командный прессинг и выход из него **(обучение с применением дистанционных технологий).**

10. Аттестация обучающихся. Сдача контрольно-переводных нормативов (Приложение 1).

11. Итоговое занятие. Показательная игра

3 год обучения. «Углубленная подготовка»

Цель: Максимально усвоить пройденный материал и способствовать изучению неизученного материала.

Задачи:

- способствовать самостоятельному интересу к занятиям футболу; - обратить внимание на редко встречающиеся технические и тактические «хитрости» игры в футбол
- изучить новые действия, формы и методички игры футбол
- давать оценку судейским действиям;
- совершенствовать двигательные умения и навыки;

Планируемый результат:

- знание предметной терминологии;

- закрепить у обучающихся устойчивый мотив и потребность в бережном отношении к своему здоровью.

- взаимодействовать с партнерами в различных линиях (нападение, полузащита, защита);

Учебно-тематический план 3 года.

№	Название темы	Теория	Практика	Всего	Форма контроля
1	Вводное занятие	10	-	10	инструктаж
2	Просмотр трансляций футбольных матчей	8	-	8	опрос
3	Финты		14	14	учебная игра
4	Учебная игра в футбол		10	10	учебная игра
5	Отработка технико-тактических действий, умений и навыков		20	20	учебная игра
6	Решение судейских оценок. Видео-повторы комбинаций и их разбор	8	12	20	тест
7	Соревнования по футболу		20	20	игры
8	Аттестация обучающихся		22	22	сдача нормативов
9	ОФП		10	10	сдача нормативов
10	СФП		10	10	сдача нормативов
11	Итоговое занятие. Показательная игра.		10	10	зачетная игра
Итого:		26	128	154	

Содержание программы.

1. Вводное занятие. Техника безопасности при игре в футбол. Лига Чемпионов. Чемпионат России.

2. Просмотр трансляций футбольных матчей. Просмотр и обсуждения интересных футбольных игр по ТВ (**обучение с применением дистанционных технологий**).

3. Финты. Виды и их многообразие.

4. Учебная игра в футбол. Практическая отработка полученных знаний и навыков.

5. Решение судейских оценок. Видео-повторы комбинаций и их разбор. Разбор отдельных эпизодов игры согласно трактовки правил по футболу (**обучение с применением дистанционных технологий**).

6. Отработка технико-тактических действий, умений и навыков. Командное взаимодействие элементов игры на поле.

7. Соревнования по футболу. Соревнования различного уровня

8. Аттестация обучающихся. Сдача контрольно-переводных нормативов (Приложение 1).

9. ОФП. Физические упражнения на совершенствование навыков

10. СФП. Специальные упражнения на совершенствование навыков

11. Итоговое занятие. Показательная игра.

Ресурсное обеспечение

Основные принципы, положенные в основу программы:

- принцип доступности, учитывающий индивидуальные особенности каждого ребенка, создание благоприятных условий для их развития;
- принцип демократичности, предполагающий сотрудничество педагога и обучающегося;
- принцип системности и последовательности – знание в программе даются в определенной системе, накапливая запас знаний, дети могут применять их на практике.

Выбор методов, приемов и организационных форм для реализации настоящей программы обучения определяется:

- поставленными целями и задачами,
- принципами обучения: от простого – к сложному, от известного к неизвестному, от практической деятельности к внутреннему развитию всех качеств личности; выбор задач и содержания обучения в зависимости от склонностей и направленности личности каждого ребенка;
- возможностями обучающихся на данном этапе обучения (возрастные особенности, уровнем подготовленности обучающихся);
- наличием соответствующей материально-технической базы.

Для реализации настоящей программы используются основные **методы работы:**

- развивающего обучения (проблемный, игровой, самостоятельный),
- дифференцированного обучения (уровневые, индивидуальные задания).

В процессе работы по данной программе можно использовать:

- методическую литературу из прилагаемого списка;
- игры, комплексы упражнений; - наглядные пособия: карточки с терминами, схемы игр;
- видеозаписи профессиональных игр в футбол.

Результатом образовательной деятельности детей по программе, являются показатели, характеризующие оздоровление и развитие детей:

1. Посещаемость тренировочных занятий.
2. Состояние здоровья, уровень физической подготовленности учащихся.

3. Динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности учащихся в соответствии с индивидуальными особенностями.

4. Уровень освоения объемов учебно-тренировочных нагрузок, предусмотренных образовательной программой спортивной подготовки по избранному виду спорта.

5. Приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни,

6. Рост личностного развития ребёнка,

7. Умение ребёнком оценивать свои достижения

Обеспечение:

- спортивный зал;
- футбольное поле;
- ворота;
- мячи;
- свистки
- фишки .
- секундомер
- скакалки; скамейки, барьеры
- гимнастические маты;
- разминочные майки

Список используемой литературы для педагога

1. Байбородова Л.В., Бутин И.М., Леонтьева Т.Н., Масленников С.М. Методика обучения физической культуре: 1-11 классы: Методическое пособие. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2014г.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2012г.
3. Мержанов М. И. «Еще раз про футбол». М.: Физкультура и спорт, 2013г.
4. Швыков И. А. Подготовка вратарей в футбольной школе. – М.: Мысль, 2015г.
5. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.
6. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.
7. Новая школа футбольной тренировки «Олимпия Пресс», 2008г. Б.И. Плоп
8. Подготовка футболистов. Теория и Практика. Г.В. Манаков «Советский спорт» - 2006г.

Список используемой литературы для обучающихся

1. Вайнх Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых. – М.: Мысль, 2012г.
2. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.
3. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г.
4. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г. 7г.
5. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов «Academia», 2008г.
6. Физическая подготовка футболистов. М.А. Годик «Олимпия. Пресс», 2008г.
7. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.
8. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.
9. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.
10. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.
11. Футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г

Интернет ресурсы:

1. Трансляции онлайн матчей по футболу livetv324.me/allupcoming/?lion
2. Футбол тренировочные процессы vk.com/footballcoaching
3. Платформа футбольного развития vk.com/footballstudyru
4. Блокнот футбольного тренера vk.com/bloknotfootballcoach
5. Сообщество футбольных арбитров vk.com/therefereepro

КОНТРОЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ:

№ п/п	Контрольные упражнения	Оценки	2 год 10-13 лет	3 год 14-17 лет
1	Бег 30 м	3	5.8	5.0
		4	5.1	4.8
		5	4.7	4.4
2	Бег 6-мин	3	1150	1350
		4	1400	1550
		5	1550	1850
3	Челночный бег (3 по 10 м)	3	8.6	7.6
		4	8.0	7.3
		5	7.7	7.1
4	Подтягивания	3	3 7	8
		4	-8	10
		5	10	12
5	Наклон вперед из положения сидя	3	3	7
		4	7-9	9
		5	11	12
6	Прыжки в длину с места	3	170	180
		4	195	210
		5	210	230

Пояснения к контрольно переводным нормативам.

1. Бег 30 метров проводится на ровной прямой поверхности, результат фиксируется секундомером с погрешностью + 0.1 секунды.
2. Прыжки в длину с места выполняются тремя попытками лучший результат идет в зачёт. Прыжок проводится через линию ограничивающую заступ. Результат фиксируется по ближайшей точке к линии заступа (по пяткам). Количество попыток
3. Бег 6 мин.- проводится на площадке, стадиону, кругу с заранее измеренным расстоянием. За 6 мин. испытуемый пробегает возможное число кругов, после чего определяется расстояние в метрах.
4. Подтягивание на высокой перекладине выполняется без раскачки, подбородок при подтягивание выходит выше перекладины, руки при опускании разгибаются полностью. Засчитывается максимально правильное количество подтягиваний.
5. Наклон вперед из положения сидя - выполняется с подставки на которой стоит испытуемый. Не сгибая ног в

- коленном суставе, выполняется максимальный наклон вперед – фиксируется расстояние от пяток до кончиков пальцев испытуемого
6. Челночный бег (3 по 10 м.) – выполняется от линии старта до линии финиша (расстояние 10 м.) с пробегом данного отрезка 3 раза. Испытуемый, добегаая до каждой линии должен пересечь линию ногой. Время фиксируется на секундомер и останавливается после пересечения линии финиша после пробега третьего отрезка дистанции.

План воспитательной работы

Спортивные занятия по футболу эффективно содействуют решению задач физического воспитания учащихся. Прежде всего, надо привить учащимся интерес к футболу. Беседы о знаменитых игроках страны, мира и Самарской области, о крупнейших соревнованиях являются достаточно эффективными средствами. Полезны показательные встречи взрослых команд, демонстрация кинофильмов, видеозаписей и т.д.

Важным моментом воспитательной работы является создание коллектива. Тренеру необходимо научить детей жить и работать в коллективе, помогать друг другу, проявлять заботу и внимание, особенно старших к младшим. Этому способствуют спортивные тренировки, подготовка и участие в соревнованиях, подготовка и проведение различных мероприятий, совместные поездки, отдых, беседы на различные темы, встречи с ветеранами спорта и ныне играющими спортсменами. Коллективная работа способствует формированию нравственных качеств обучающихся.

Основные воспитательные мероприятия: просмотр (в том числе и телевизионный) соревнований с последующим их обсуждением; соревновательная деятельность учащихся и ее анализ; регулярное подведение итогов учебной и спортивной деятельности учащихся; проведение тематических праздников; встречи с ветеранами спорта и ныне играющими спортсменами; беседы о спорте («История развития спорта», «Олимпийское движение в мире и в нашей стране», о выдающихся спортсменах); спортивные праздники и КВН («Папа, мама, я - спортивная семья», «Праздник мяча», «Спортивный калейдоскоп», эстафеты, КВН и т.д.); дни здоровья и походы выходного дня; веселые старты.

Данные виды и формы спортивно-массовых мероприятий помогают тренерам повышать познавательный интерес и способствуют воспитанию подрастающего поколения, формированию спортивных навыков.