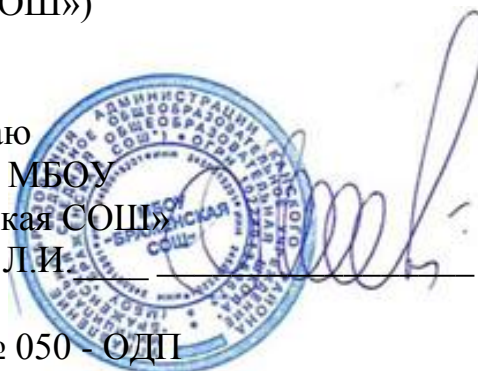


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «БРАЖЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА»
(МБОУ «Браженская СОШ»)

Согласовано
Протокол № 11
педагогического совета
от « 30» мая 2025 года

Утверждаю
Директор МБОУ
«Браженская СОШ»
Лебедева Л.И.



Приказ № 050 - ОДП
от «25» июня 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Футбол»

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Уровень программы - базовый

Срок реализации – 1 год

Возраст обучающихся – 7 – 15 лет

Автор:
педагог дополнительного образования
Васильченко Павел Викторович

Бражное
2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 28.12.2024) "Об образовании в Российской Федерации";
 - Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
 - Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (вступ. в силу с 01.03.2023);
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (ред. от 21.04.2023);
 - Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
 - Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
 - Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий");
 - Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 "О методических рекомендациях" (вместе с "Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ");
 - Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Устав МБОУ «Браженская СОШ».

Самый массовый, самый зрелищный, самый игровой из всех игровых видов спорта. Футбол можно использовать в общеобразовательной школе, как часть программы по физической культуре, футбол преподаётся в спортивных школах и готовит технически, тактически грамотных игроков. В футбол играют в

командах мастеров, где футбол - это профессия человека. Есть футбол мужской и женский, это говорит о том, что футбол интересен всем!

В футбол начинают играть дети с 6 лет и можно играть до зрелого возраста.

Данная образовательная программа имеет физкультурно - спортивную **направленность**.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность и педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников уделяет внимание физическим упражнениям лишь на уроках физической культуры. Не секрет, что физическая подготовленность школьников с каждым годом снижается, падает интерес к спорту, дети ведут малоподвижный образ жизни, много сидят за компьютером. Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить задачи подросткового этапа развития, полноценно встраиваться в коллектив, адаптироваться к социуму. Кроме того, недостаточный уровень физической подготовки не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в объединения по футболу для повышения уровня физической подготовленности. Все это способствует дисциплине, без которой педагогический процесс не представляется возможным.

Практическая значимость

Содержание программы направлено на формирование морально-волевых качеств (fair play). Игра требует подчинение правилам, которые воспитывают в юной личности справедливость, честность, уважение к партнерам. Занятия футболом позволяют воспитывать такие личностные качества, как тактическое мышление, внимание, быстрота реакции, элементы творчества. Известно, что дети, занимающиеся игровыми видами спорта, легче приспосабливаются к жизни, менее конфликтны и умеют плодотворно работать в «команде».

Связь программы с другими науками или областями деятельности

Принцип межпредметности проявляется в связи с такими дисциплинами как **«Основы безопасности жизнедеятельности»**. При организации и проведении занятий физической культурой в образовательном учреждении следует строго соблюдать установленные **санитарно-гигиенические** требования и правила безопасности (выражается в соблюдении техники безопасности); **анатомия и физиология** (основы знаний по данным наукам); **психология** (понимание партнеров, соперника, психологическая подготовка к соревнованиям). Движения и голы в футболе отличаются эстетичностью (**эстетика**), ведь недаром он традиционно считается спортом №1!

Цели и задачи

Выявить особенности устойчивой мотивации и потребности в бережном отношении к своему здоровью на основе систематической физической подготовки и овладения техникой игры в футбол.

Задачи программы:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- развитие интереса к систематическим занятиям футболом;

- воспитание физических качеств с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- обучение техническим приёмам, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- участие в соревнованиях по футболу;
- изучение теоретических сведений о личной гигиене, анатомии, психологии истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.
- Проведение мастер – классов, устных уроков, фестивалей и праздников по футболу с обучающимися гимназии и других школ города Борисоглебска.

Отличительная особенность программы

Отличие данной программы от других заключается в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме того, в нее включен достаточно значительный теоретический блок из области футбола. Это расширяет кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

Новизна программы состоит в том, что при проведении занятий используются новые технологии по освоению новых практик по здоровому образу жизни с применением активных методов обучения.

Цели занятия спортом у подростков

Главной целью у детей подросткового периода является достижение более высоких спортивных результатов. На этом этапе развития ребенка тренер-педагог должен уделять большее внимание психологическим особенностям личности. Как упомянуто ранее, частой причиной ухода детей из спорта и дальнейшей не заинтересованностью им является «переоценка ценностей», то есть юный спортсмен в ряду своего возраста может потерять всякий интерес к спорту, например из-за поражения, или неудовлетворённостью своих спортивных результатов.

В подростковом возрасте как не в каком другом тренер-педагог должен уделить большое внимание именно психологической подготовке спортсмена.

В психологической подготовке спортсменов подростков тренер-педагог должен поставить перед ним вопрос «почему ты хочешь..» и «как ты этого добьешься» и всячески помогать в его начинаниях.

Так же не маловажную роль играет работа с родителями спортсмена. Спортсмен и его семья это две важные составляющие успеха его деятельности. Подростки часто сталкиваются с проблемами в общении с родителями из-за формирующегося в этом возрасте «чувства взрослости» у ребенка. Тренер-педагог должен сформировать у спортсмена такое понятие как «не будет успеха из-за семейных конфликтов». Пояснить и хоть ты и стал взрослым, родители это то что даст тебе успех в твоей карьере. И если ты по настоящему хочешь добиться чего-то в этой жизни, ты должен разобраться в себе, а не перекидывать свои проблемы на других.

Таким образом, занятия спортом в этом возрасте способствует становлению гуманной личности.

Формы и режим занятий

Форма организации детей на занятии:

- по количеству детей, участвующих в занятии, — коллективная, групповая, индивидуальная;
- по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей — индивидуальное, практическое, теоретическое, комбинированное, соревновательное.
- по дидактической цели — вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий.

Специфика и принципы продуктивного общения с занимающимися

Развитие продуктивного общения с группой занимающихся необходимо для успешной организации учебного процесса. Установление и развитие духа сотрудничества, взаимопомощи между всеми участниками образовательного процесса – это залог создания нормального рабочего климата и достижения результата. Для этого тренеру - преподавателю необходимо соблюдать следующие принципы продуктивного общения:

- ***Быть тренером – энтузиастом.*** Поставить себя перед группой как лидер – энтузиаст. Необходимо помнить, что энтузиазм и любовь к футболу передаётся детям с помощью привития им радости игры.
- ***Быть позитивным тренером.*** Общаться с воспитанниками в позитивной манере, своим поведением устанавливать пример для подражания. Бесконечная критика и окрики снижают мотивацию, а то и вообще отбивают желание заниматься футболом. Поэтому часто должны звучать слова одобрения и поддержки.
- ***Быть требовательным, уважительным и справедливым.*** Чётко и ясно объяснять занимающимся, что от них требуется. В тоже время ожидания должны строиться на способностях детей, не надо требовать недостижимого.
- ***Быть последовательным во взаимоотношениях с занимающимися.*** Контакт с детьми должен быть стабильным, взвешенным и последовательным, независимо от ситуации. В противном случае занимающиеся будут сбиты с толку, не понимая чего от них хотят и что имеет ввиду тренер, давая свои наставления. В итоге они могут потерять уважение к педагогу.
- ***Уметь слушать.*** Умение слушать это очень важный компонент эффективного контакта с занимающимися. Необходимо демонстрировать готовность выслушать детей, которые хотят поделиться чувствами, заботами и соображениями.
- ***Обеспечить действенную обратную связь при определении и устранении ошибок.*** Устный контакт с ребятами должен быть оптимистичным и информативным. Мысли излагаются ясно и лаконично. Исправляя ошибку, сначала сказать, что было сделано

хорошо. Всегда заканчивать поправку на добром слове, посоветовав занимающемуся быть терпеливым.

- **Поощрять и объяснять обучающимся значение вклада каждого в успех группы или команды.** Все участники группы это часть команды и каждый участник команды обязан демонстрировать свою веру в способности каждого занимающегося и вносить свой вклад в создание здоровой атмосферы в команде. Педагогу следует поощрять чувство товарищества и взаимной поддержки. Всё это путь к созданию здорового коллектива.
- **Ко всем занимающимся относиться как к личностям.** Важным качеством педагога - тренера является отзывчивость, умение показать занимающимся, что они воспринимаются как личности. Необходимо разговаривать с каждым на занятии или игре, приветствуя их, и обращаться к каждому по имени.

Это позволяет организовать учебный процесс посильным для всех, так как обучающиеся, не теряя в объеме и содержании учебного материала, движутся в освоении программы своим темпом.

Практические занятия по **физической, технической и тактической** подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Предусмотрены задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом. Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе. Зимой занятия на открытом воздухе проводятся в тихую погоду или при слабом ветре (1,5-2 м./с), при температуре не ниже -17°C. Изучение **теоретического** материала осуществляется в форме 10 – 15-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Позже длительность беседы может быть проведено как самостоятельное теоретическое занятие длительностью до 45 минут. Кроме того, теоретические сведения сообщаются юным футболистам в процессе проведения практических занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия руководитель объединения рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения. В объединении по футболу занимающиеся должны получать элементарные навыки **судейства** игр по футболу. Практические занятия по обучению судейству начинаются в группе после того, как усвоены правила игры. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Каждый занимающийся в объединении должен уметь заполнить протокол соревнований, написать заявку, составить игровую таблицу, уметь организовать соревнования по футболу. **Физическая подготовка** направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. **Общая** физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, **специальная** – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Основными принципами работы объединения является:

- **Принцип гармонизации личности и среды** – ориентация на максимальную самореализацию личности.

- **Принцип гуманизации** – обеспечение благоприятных условий освоения общечеловеческих социально-культурных ценностей, предполагающих создание оптимальной среды для воспитания и обучения детей.
- **Принцип системности и последовательности** - предусматривает построение образовательного процесса таким образом, чтобы учебная деятельность связывалась со всеми сторонами воспитательной работы, а овладение новыми знаниями, умениями и навыками опиралось на то, что уже усвоено; позволяет ребенку овладеть навыками игры в футбол от простого к сложному, от репродуктивного к творческому. Обучение начинается с усвоения правил игры в футбол и заканчивается участием в соревнованиях городского и областного уровня.
- **Принцип индивидуальности.** Необходимо не только учитывать индивидуальные особенности ребенка, но и способствовать их дальнейшему развитию. Каждый воспитанник должен быть (тать) самим собой, обрести (постичь) свой образ.
- **Принцип творчества и успеха.** Индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности воспитанников и уникальность целой группы (коллектива). Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по саморазвитию и самосовершенствованию своего «я».
- **Принцип гибкой системы комплексного обучения** – при определенных условиях в течении всего времени обучения воспитанник может переходить из одной ступени в другую, при этом педагог учитывает индивидуальную траекторию развития и содержательную преемственность между ступенями.
- **Принцип сознательности** - предусматривает заинтересованное, а не механическое усвоение воспитанниками знаний и умений.
- **Принцип дифференциации.** Согласно этому принципу педагог учитывает типологические особенности воспитанников (их интересы, физические способности, обученность, обучаемость, работоспособность и т.д.), в соответствии с которыми отбираются и дифференцируются цели, содержание образования, формы и методы обучения.

Содержание программы дополнительного образования детей

1. **Вводное занятие:** Правила поведения в спортивном зале и на спортивной площадке. Инструктаж по технике безопасности во время занятий футболом и во время соревнований. Основы по предупреждению от несчастных случаев и травм.
2. **Основы знаний по футболу:** гигиенические знания и навыки, закаливание, значение правильного режима дня юного спортсмена, площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Разбор и изучение правил игры. Роль капитана команды, его права и обязанности. Футбольные клубы России.

Понятия спортивной техники. Классификация и терминология технических приёмов. Техника владения мячом основы спортивного мастерства футболиста. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих).

3. **Общая физическая подготовка:** Разнообразные упражнения для развития силы, быстроты, ловкости и гибкости. двигательная активность спортсменов. Подвижные игры, бег и беговые упражнения. Скоростно-силовая подготовка. Физическая реабилитация после тренировочных и соревновательных нагрузок, массаж, сауна, баня с веником, бассейн и упражнения в нём.
4. **Специальная физическая подготовка:** развития силы удара по мячу средней частью подъема ноги на дальность и точность. «Круговая тренировка» - основная форма развития физических качеств.
5. **Техника игры в футбол:** классификация и терминология технических приёмов в футболе. Удары по мячу, их модификация. Остановки и обработки мяча в игровых условиях. Ведение мяча, обводка, финты, отбор мяча, вбрасывание мяча из аута. Техника игры вратаря.
6. **Тактика игры в футбол:** тактика как система игровых построений команды. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия при атаке, обороне, пр переходе от обороны к атаке, при срыве атаки.
7. **Контрольные нормативы:** сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП, определение динамики изменений ФП и ТТП ежегодно.
8. **Итоговое занятие:** участие в соревнованиях согласно календарю игр и плану спортивных мероприятий.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные, метапредметные и предметные прогнозируемые результаты освоения курса.

Личностные результаты:

- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни, потребностей соблюдать данные нормы;
- формирование сознательного отношения к формированию собственного образа жизни, активной общественной позиции;
- усвоение необходимости и ценностей здорового образа жизни;
- создание устойчивой мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определить цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанию выбрать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Формируемые компетенции обучающихся:

- ценностно-смысловые;
- общекультурные;
- учебно-познавательные;
- информационные;
- коммуникативные;
- компетенции личностного самосовершенствования.

Предметные результаты:

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

- знания по истории и развитию футбола, о положительном его влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации; знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте футбола в организации здорового образа жизни.

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий футболом, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности; умение оказывать помощь занимающимся, при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения; способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме; способность организовывать самостоятельные занятия футболом разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки; способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Формирование и развитие универсальных учебных действий обучающихся:

- *познавательные*: структурировать полученные знания; логические учебные действия — умение анализировать и синтезировать новые знания, устанавливать причинно-следственные связи; постановка и решение проблемы — умение сформулировать проблему и найти способ её решения;
- *коммуникативные*: планирование сотрудничества, разрешение конфликтов, умение вступать в диалог, полилог и вести их;

- *регулятивные*: целеполагание, планирование, корректировка плана, прогнозирование, контроль, коррекция, оценка, саморегуляция.
- *личностные*: обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся (знание моральных норм, умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения) и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях. Применительно к учебной деятельности следует выделить *три вида личностных действий*:
 - личностное, профессиональное, жизненное *самоопределение*;
 - *смыслообразование*, т. е. установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. Ученик должен задаваться вопросом: какое значение и какой смысл имеет для меня учение? — и уметь на него отвечать;
 - *нравственно-этическая ориентация*, в том числе и оценивание усваиваемого содержания (исходя из социальных и личностных ценностей), обеспечивающее личностный моральный выбор.

По окончании 1-го года обучающиеся должны знать:

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.

По окончании 1-го года обучающиеся должны уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

Программа направлена на становление следующих **ключевых (сквозных) компетентностей**:

- **познавательная компетентность** (способность к обучению в течение всей жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте; использование наблюдений, измерений, моделирования; комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения);

- **коммуникативная компетентность** (владение различными средствами устного общения; выбор адекватных ситуациям форм вербального и невербального общения, способов формирования и формулирования мысли; владение способами презентации себя и своей деятельности);

- **организаторская компетентность** (планирование и управление собственной деятельностью; владение навыками контроля и оценки деятельности; способность принимать ответственность за собственные действия; владение способами совместной деятельности).

Программа обеспечивает становление ряда специальных компетентностей (способность быстрого реагирования и быстрого принятия решений в условиях дефицита времени, формирование базовой техники игровых приемов).

Формы подведения итогов реализации программы:

- беседы по изученным теоретическим темам и анкетирование;
- соревнования разного уровня по футболу, мини- футболу, спортивные мероприятия гимназии, города, округа и региона;
- товарищеские и контрольные встречи;
- судейство соревнований или оказание помощи в судействе;
- контрольные тесты и нормативы;

Основной показатель работы объединения 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. Педагог объединения используют варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные ведущими отечественными специалистами.

Контрольные тесты и упражнения проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла – 3 раза в год (сентябрь, декабрь, май).

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
1	1 год	01.09.2025	30.05.2026	34	34	68	Очный	15-25.05.Май 2026

Условия реализации программы.

Сроки реализации программы

Изучение программного материала рассчитано на 1 год.

Общее количество часов по программе – 68 часов.

Возрастные особенности детей, участвующих в реализации программы

Возраст обучаемых – 7-15 лет. Программа составлена с учетом возрастных особенностей детей.

Режим занятий:

- наполняемость: 10-15 человек;

- число занятий в неделю: 1 раз по 2 часа (34 учебных недель, 68 часов за один учебный год);

- продолжительность одного занятия - 40 минут.

Особенностями данной программы являются:

- разноуровневые и разновозрастные учебные группы;
- предоставление воспитанникам свободы выбора ряда элементов учебного процесса;
- применение принципа вариативности – содержание учебного занятия, планируется с учетом индивидуальных возрастных и психофизических особенностей обучающихся, их личных желаний.

Материально-техническое обеспечение: спортивный инвентарь и оборудование.

Материально-техническое оснащение.

- спортивный зал,
 - спортивный инвентарь, набивные мячи, перекладины для подтягивания в висе, стойки – ограничители, скакалки для прыжков, футбольные ворота, мячи, манишки, конусы, лесенки.
 - спортивные снаряды: гимнастические скамейки, гимнастические стенки.
- Каждый учащийся должен иметь:
- спортивную форму
 - спортивную обувь.

Учебно-методическое обеспечение

1. Методы обучения

Практические:

- разучивание по частям;
- разучивание в целом;
- игровой;
- соревновательный.

Методы использования слова:

- рассказ;
- описание;
- объяснение;
- беседа;
- разбор;
- указание;
- оценка;
- команда;
- подсчет.

Методы наглядного восприятия:

- показ;
- демонстрация (плакатов, кинофильмов, рисунков, зарисовок);
- звуковая и световая сигнализации.

2. Способы выполнения упражнений: одновременный, поточный, поочередный.

3. Методы организации занятий: фронтальный, групповой, индивидуальный.

Формы аттестации и оценочные материалы

Формы подведения итогов: текущий контроль и итоговый в форме контрольных тестов и упражнений.

Методические материалы

Методическое обеспечение программы.

Методическое обеспечение программы дополнительного образования детей

Дидактические материалы:

- Картотека упражнений по футболу
- Схемы и плакаты с различными техническими элементами; (см. приложение №2)
- «Правила игры в футбол», «Правила судейства в футболе»; (см. приложения №3, №4)
- Видеозаписи, в том числе с выступлениями обучающихся;
- Регламенты проведения турниров по футболу различных уровней;
- Тестовые задания «Знарок футбола»; (см. приложение №6)
- Инструкции по охране труда на занятиях футболом. (см. приложение №5)
- Задания для подведения итогов занятия, четверти, года. (Рефлексия) (приложение №7)

Материальное оснащение:

- стадион с. Бражное;
- спортивный зал с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, необходимым температурным режимом;
- спортивная форма - майка, трусы, гетры, манишки 2 –х цветов;
- футбольные мячи, конусы, фишки, и т.д;
- футбольные мини – ворота;
- Для проведения тренировочных занятий имеется необходимый спортивный инвентарь: скакалки, мячи для метания, мячи набивные, гимнастические скамейки и маты, скакалки, секундомер, свисток и т. д.;

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

№ п/п	Тема занятий.	Форма занятий.	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса.	Дидактическое и техническое оснащение.	Формы подведения итогов.
1	Вводное занятие.	Традиционная.	Словесный метод (беседа, диалог).	Инструктаж по технике безопасности.	Опрос.
2	Выполнение технических приемов.	Практическая, тренинг.	Наглядный метод (наблюдение, исполнение педагогом), практический (тренинг, упражнения),	Упрощенные стандартные условия выполнения,	Зачет, наблюдение педагога.
3	Товарищеская игра, соревнования.	Соревнование.	Фронтальный и групповой методы, метод взаимосвязи теоретических и практических знаний, умений и навыков.	Спортивный инвентарь, спортивные снаряды.	Выступление, итоговое тестирование, самоанализ по итогам участия в играх.

Образовательные технологии.

1. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию инвентаря.

2. Теоретический материал готовится с таким расчетом, чтобы его время занимало не более 10 мин. Изучение теоретических вопросов должно быть основано на принципе систематичности и последовательности.

3. Практические занятия построены педагогом на следующих принципах:
– индивидуального подхода к каждому ребенку в условиях коллективного обучения;

- доступности и наглядности;
- прочности в овладении знаниями, умениями, навыками;
- сознательности и активности;
- взаимопомощи.

Обеспечение программы методической продукцией.

1. Теоретические материалы – разработки:

- Реферат “Правила личной гигиены спортсмена”, пиктограммы по технике ударов.

2. Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации пропаганды здорового образа жизни, которая может поспособствовать профилактике преступности среди подростков, а также профилактике наркозависимости, табакокурения и алкоголизма
- Рекомендации по организации подвижной игры “Солнышко”.
- Рекомендации по организации контрольных занятий по программе “Футбол”.

Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы.

Содержание занятий	Кол-во часов
1. Теоретические занятия. Всего часов.	2
Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм. Режим дня и питание. Основы спортивной тренировки. Оснащение спортсмена. Техника безопасности	1
Правила соревнований по футболу	1
2. Практические занятия. Всего часов.	60
Общая физическая подготовка	30
Специальная физическая подготовка	10
Техническая и тактическая подготовка	20
3. Соревнования и судейство. Всего часов.	6
Выполнение контрольных нормативов	2
Контрольные игры и соревнования	2
Инструкторская и судейская практика	2
Всего часов:	68

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ темы	Содержание занятия. Название темы.	Кол-во часов	Дата
1	Гигиена, врачебный контроль. Техника безопасности. Правила соревнований по футболу.	2	05.09.2025
2	Контрольные нормативы: ОФП.	2	12.09.2025
3	Упражнения для развития выносливости. Остановки мяча.	2	19.09.2025
4	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.	2	26.09.2025
5	Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.	2	03.10.2025
6	Упражнения с набивными мячами. Удары по мячу ногой.	2	10.10.2025
7	Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	2	17.10.2025
8	Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	2	24.10.2025
9	Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Передачи в парах.	2	31.10.2025
10	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.	2	07.11.2025
11	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.	2	14.11.2025
12	Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.	2	21.11.2025
13	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	2	28.11.2025
14	Контрольная игра.	2	05.12.2025
15	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Удары по мячу головой.	2	12.12.2025
16	Упражнения для развития мышц ног и таза. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	19.12.2025

17	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	26.12.2025
18	Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.	2	16.01.2026
19	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	2	23.01.2026
20	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	2	30.01.2026
21	Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле».	2	06.02.2026
22	Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».	2	13.02.2026
23	Упражнения для развития силовых качеств. Техника игра вратаря.	2	20.02.2026
24	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	2	27.02.2026
25	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	2	06.03.2026
26	Акробатические упражнения. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	2	13.03.2026
27	Упражнения для развития ловкости. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	2	20.03.2026
28	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	2	27.03.2026
29	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	2	03.04.2026
30	Упражнения для развития быстроты. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	2	10.04.2026
31	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	2	17.04.2026
32	Правила игры в футбол. Тактика защиты: командные действия.	2	24.04.2026
33	Инструкторская и судейская практика. Тактика защиты: командные действия. Тактика вратаря.	2	08.05.2026
34	Контрольная игра.	2	15.05.2026
	Всего	68 Часов.	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога.

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" «Дополнительное образование детей и взрослых»
2. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобрнауки России от 18.06.2003 № 28-02-484/16
3. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 2004. – 144 с., ил.
4. Голомазов С, Чирва Б. Футбол. Аналитические закономерности взятия ворот. Научно-методическое издание. Выпуск 14. – М.: РГАФК, 2000. – 31 с.
5. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Теория и методика футбола. Техника игры. – М.: «СпортАкдемПресс», 2002. – 472 с.
6. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера II этап(11-12 лет).- М.: Олимпия. Человек, 2007.204.
7. Л.А.Акимова. Проектирование программ дополнительного образования детей: Методические рекомендации.- 2-е изд., перераб. и доп. - Оренбург: Издательство «Детство», 2007
8. Швыков И.А., Сучилин А.А., Андреев СМ., Буйлин Ю.Ф., Исмоилов А. М., Лапшин О.Б. Футбол. Поурочная программа для учебно-тренировочных групп 1-го и 2-го годов обучения ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 124 с.
9. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, -1998.
10. Айсмонкас Б.Б. Педагогическая психология: схемы и тесты. - М.: Владос, 2004. - 208 с.
11. Басова Н.В. Педагогика и практическая психология. - Ростов н/Д.: Феникс, 2000. - 416 с.
12. Бойко Е.М., Садовникова Е.А. Психология и педагогика. - М., 2005. - 108 с.
13. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия / Сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. - М.: Академия, 2005. - 368 с.
14. <http://gigabaza.ru/>
15. <http://pandia.ru/text/78/210/20205.php>

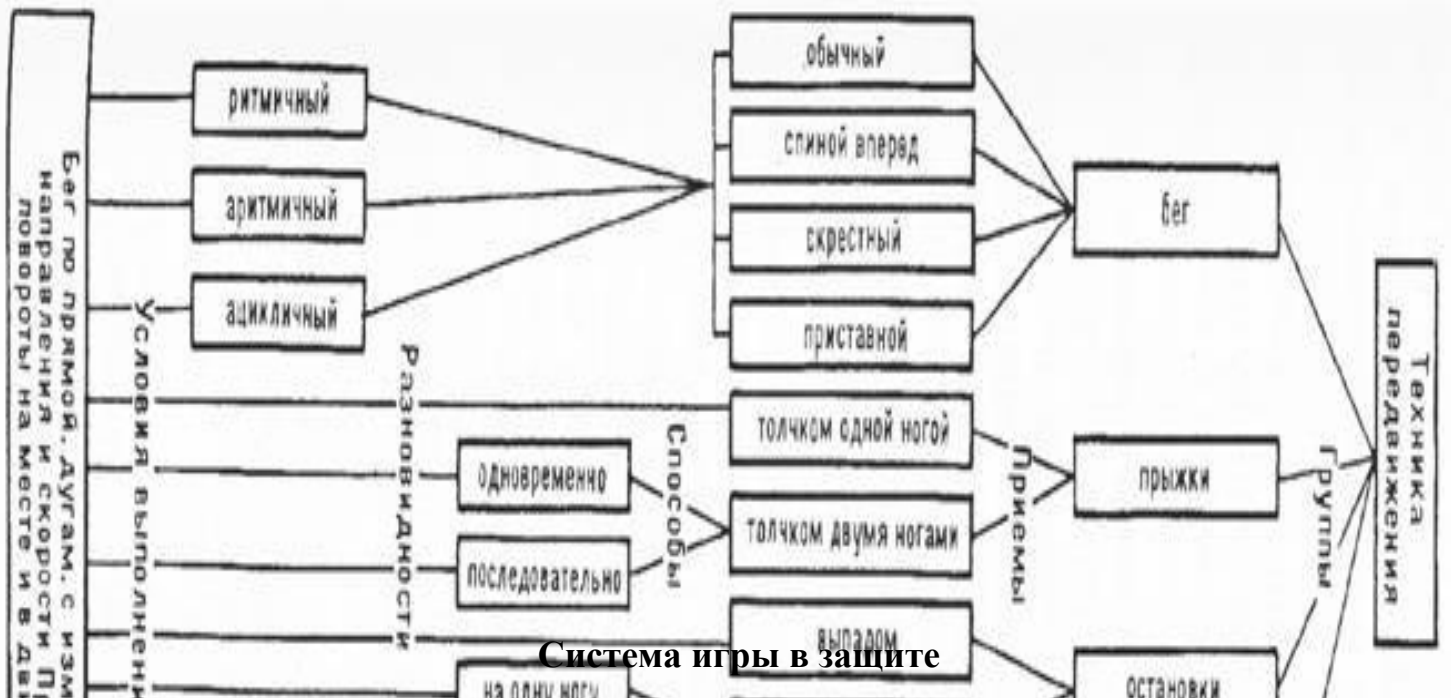
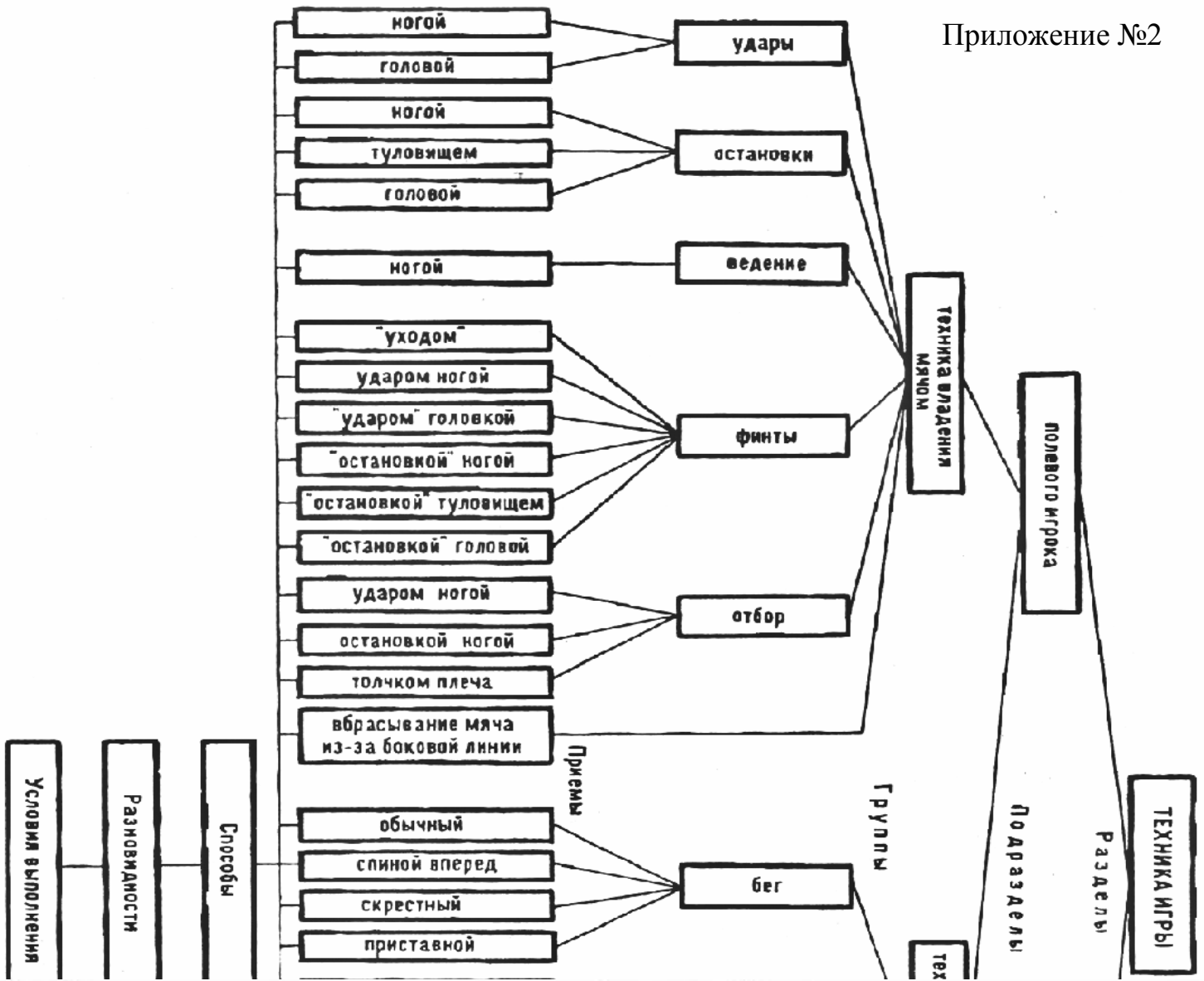
Список литературы для детей.

1. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981
2. Казаков П.Н. Футбол, Москва, «ФиС», 1999.
3. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие.- М.: ФиС, 2007.- 111
4. Плескова В.С. Пособие для начинающих футболистов. Под редакцией. - М.: ФиС, 2004.
5. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини- футбол в школе. Издательство: «Советский спорт», 2006, 224 с.
6. Андреев С.Н., Гарагуля Г.Н. Основы технической подготовки вратаря в мини - футболе. Учебно-методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2011 год, 120 с.

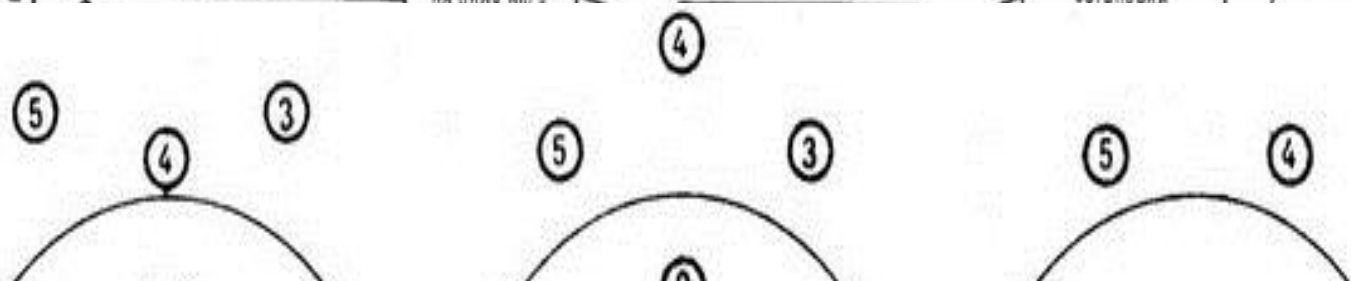
Условия выполнения контрольных упражнений:

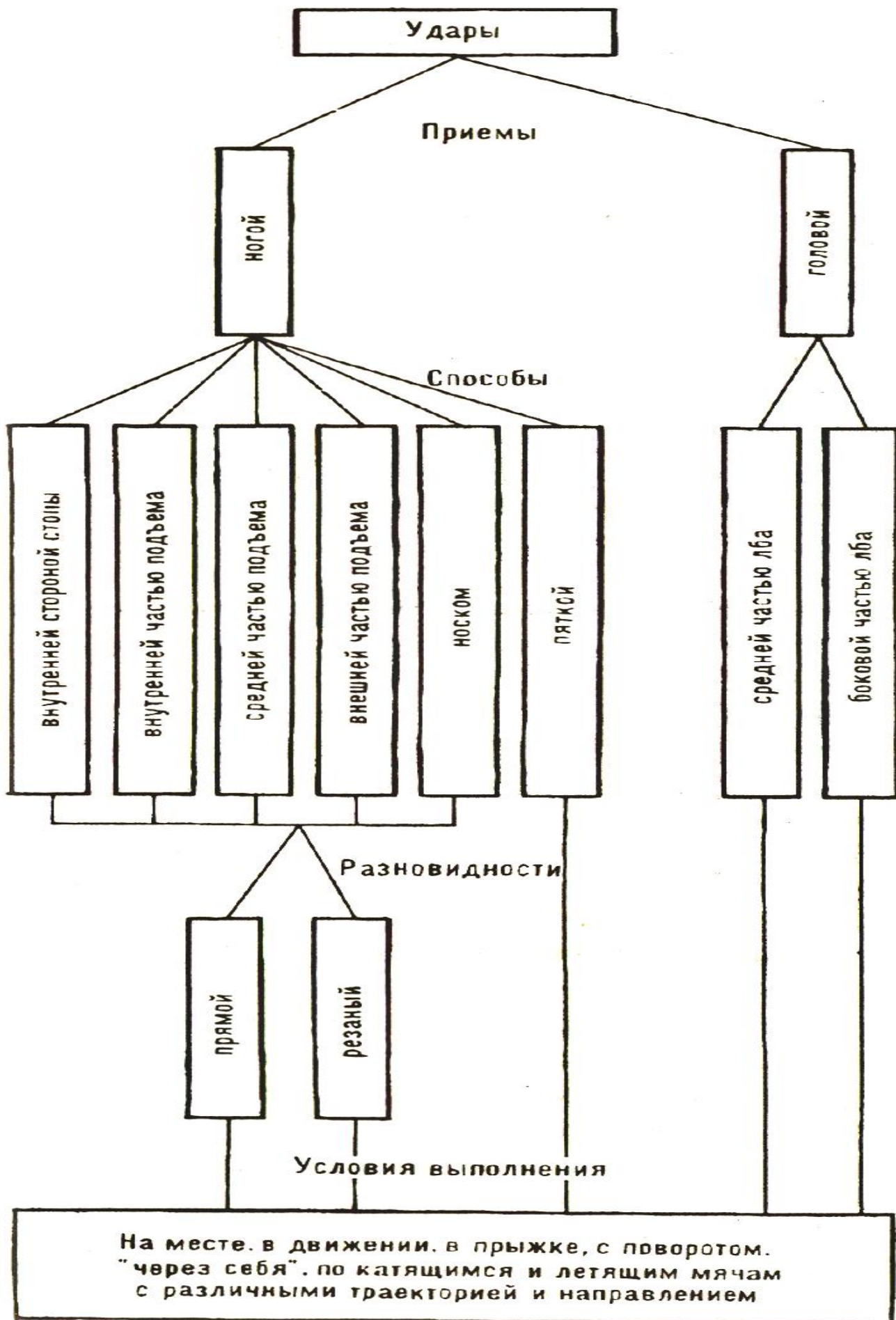
1. Бег на 30, 300, 400 м., 6-минутный бег и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по лёгкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.
2. Бег на 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта), мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок оставит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время.
3. Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по неподвижному мячу. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.
4. Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъёма, внутренне и внешней стороной стопы, бедром) и головой в любой последовательности.
5. Удары по мячу ногой на точность попадания выполняются с разбега любым способом по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м. (подростки 10-12 лет – с расстояния 11 м.). Мячом надо попасть в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Учитывается сумма попаданий.
6. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м. от линии штрафной площади). Вести мяч, далее обвести «змейкой» четыре стойки (первая стойка ставится на линию штрафной площади, далее в центре через каждые 2 м. ещё три стойки), и, не доходя до 11-метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Из трёх попыток засчитывается лучший результат.
7. Метание мяча рукой на дальность (разбег не более четырёх шагов) выполняется по коридору шириной 10 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трёх попыток.

Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в кружке.



Система игры в защите





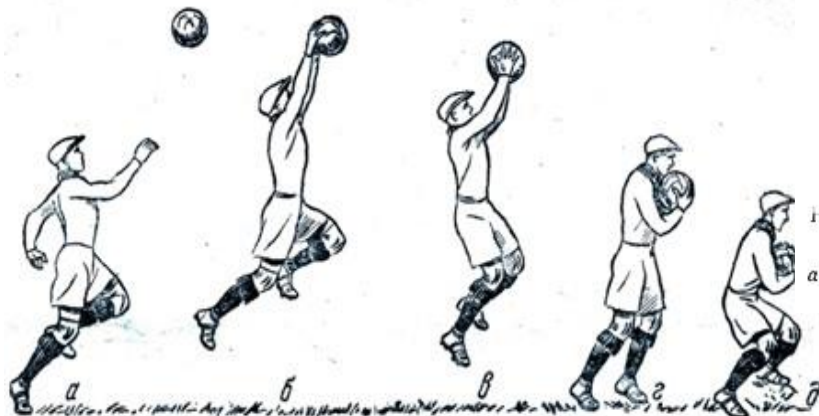


Рис. 63. Ловля вратарем высоких мячей:

а — первая фаза: вратарь готовится принять мяч — начало прыжка, толчок одной ногой; б — вторая фаза: мяч принят на максимально высокой для вратаря точке; обратите внимание на правильное положение кистей; в — третья фаза: вратарь после прыжка начинает опускаться, руки опускаются вниз, ладони перемещаются по мячу, подготавливая надежный обхват; г — четвертая фаза: вратарь приземляется, обхват мяча закончен; даже неудачное приземление не вызовет потери мяча; д — пятая фаза: мяч надёжно взят, вратарь готов к дальнейшему действию, справа или влево



Рис. 62. Ловля вратарем мяча с прыжком вперед-вверх с разбега:

а — первая фаза; б — вторая фаза: мяч надёжно обхвачен еще до приземления, что очень важно; вратарь — в движении вперед

Как исправить ошибки

Ваш партнер «щечкой» бьет в вашу сторону с 5—6 шагов мяч низом. Ловите катящийся навстречу мяч. Обратите внимание на своевременный наклон туловища. Повторите 15—20 раз

Имитируйте броски за мячом на мягком грунте. Старайтесь приземляться перекатом. Повторите 8—10 раз

Из стойки вратаря, поднимая руки вверх-вперед, ловите мячи, направляемые с 7—8 шагов под планку партнером

Ловите мячи, направляемые партнером с 8 шагов, на уровне головы или груди. В момент соприкосновения мяча с кистями согните руки в локтях и подтяните мяч к туловищу

Отбивайте на выходе подаваемые партнерами мячи. Обратите внимание на своевременность выхода из ворот

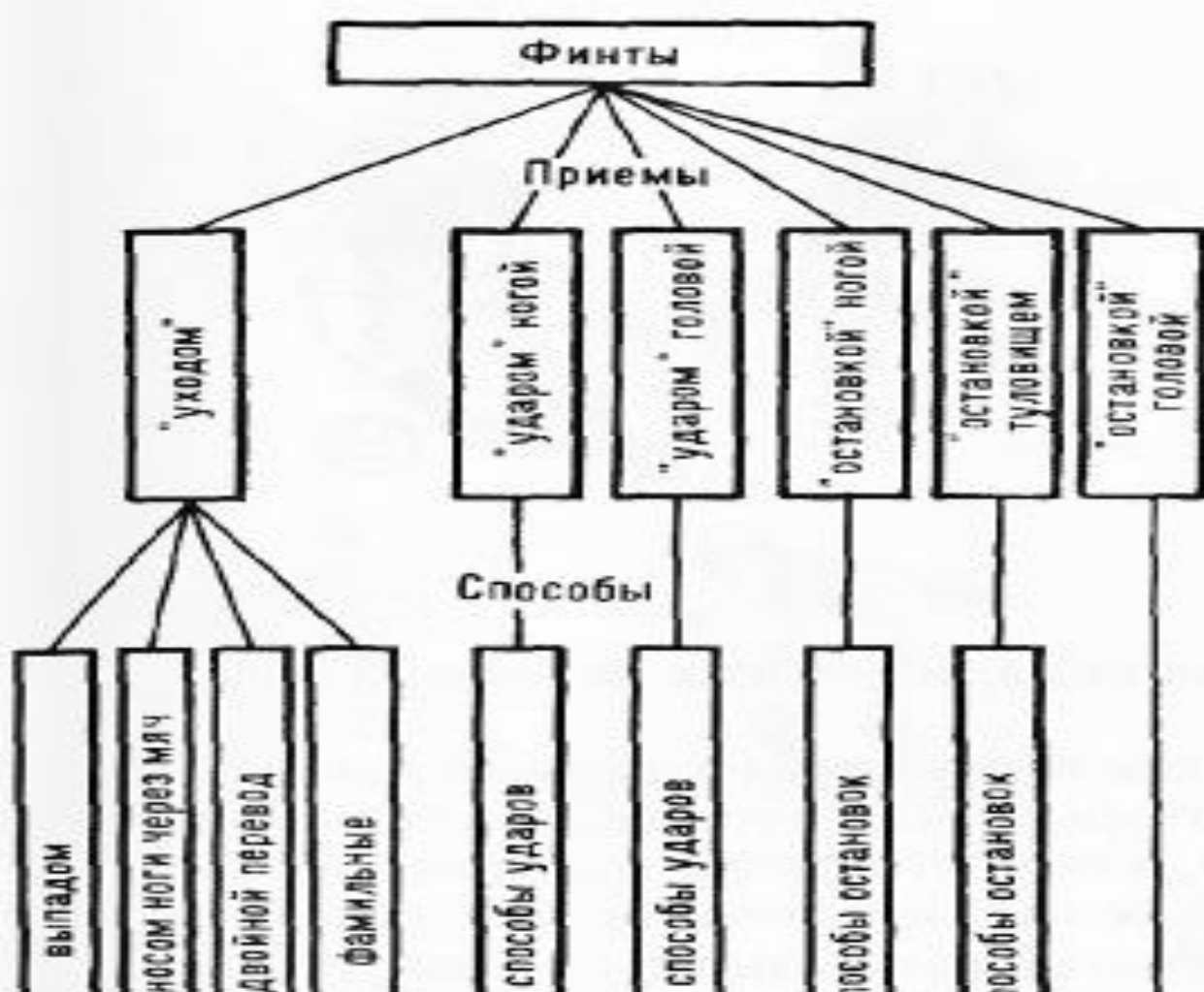
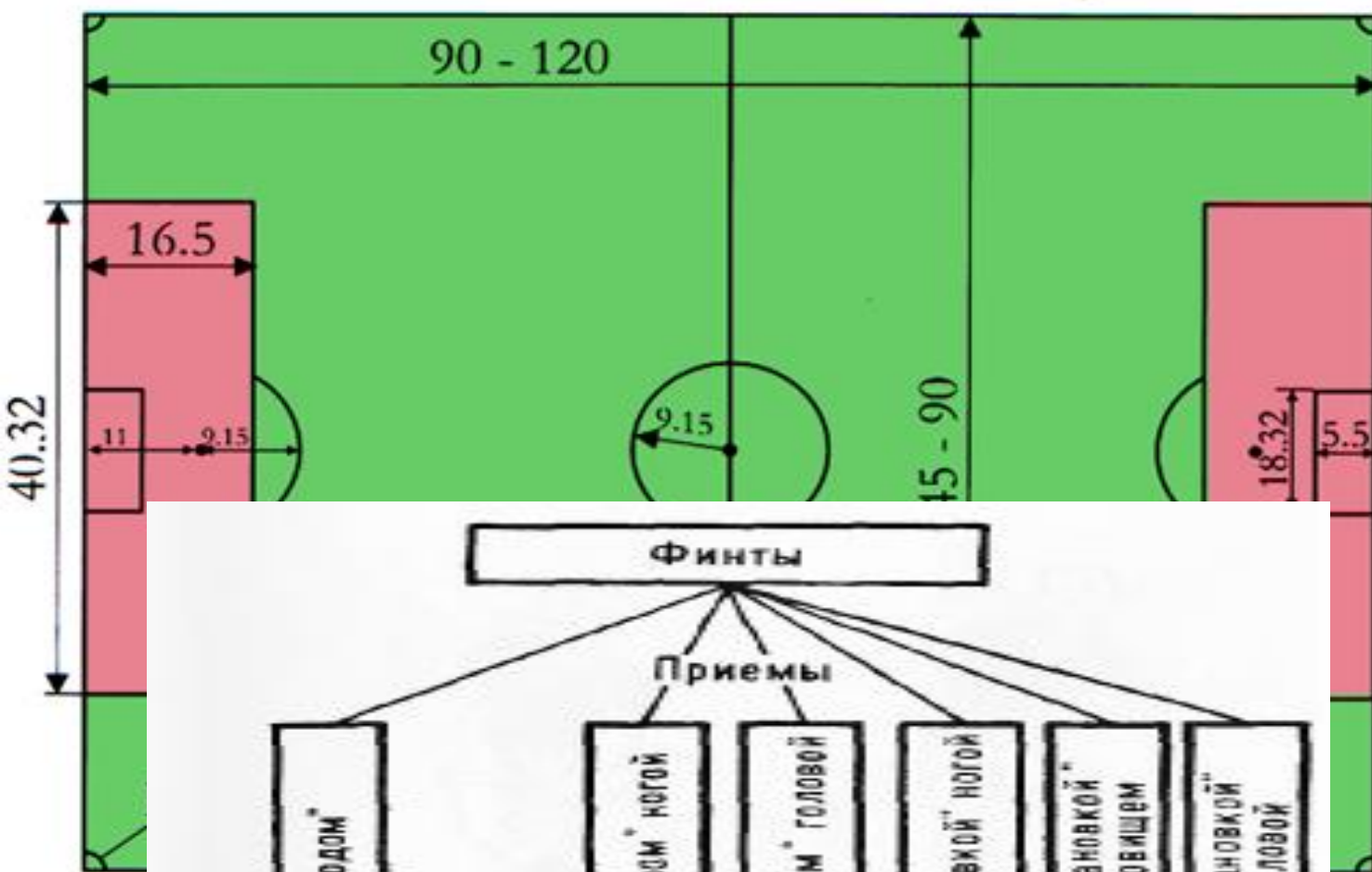
Примите стойку вратаря и делайте выпады то в одну, то в другую сторону. Затем попросите товарища направлять мячи низом и отбивайте их ногами. Повторите 10—15 раз

опустить руки к катящемуся навстречу мячу	и отскочил. У ворот создан опасный момент
Сделав бросок за катящимся в угол мячом, вратарь приземлился на живот	Опасное падение: можно получить травму
Вратарь не успел среагировать на мяч, летевший над головой	Гол
Мяч, летевший на уровне головы или груди, при ловле отскочил от рук	Опасный момент у ворот
Стремясь отбить на выходе опускающийся мяч кулаками, вратарь промахивается	Опасный момент у ворот
Стремясь отбить низко летящий мяч ногой, вратарь не успел сделать выпад	Гол

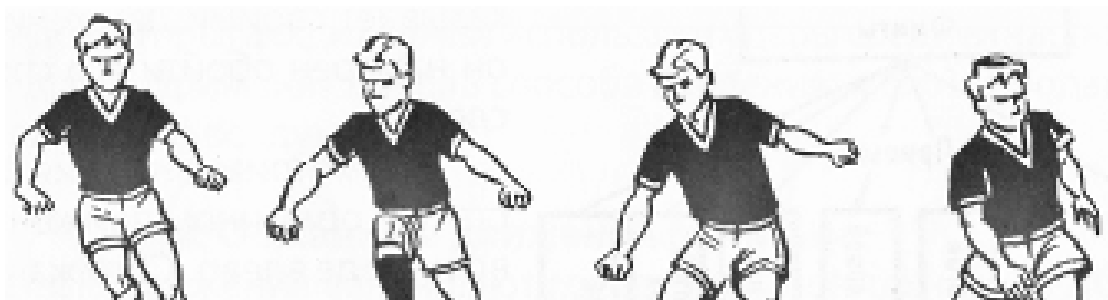
Разметка мини-футбольной площадки



Разметка футбольного поля



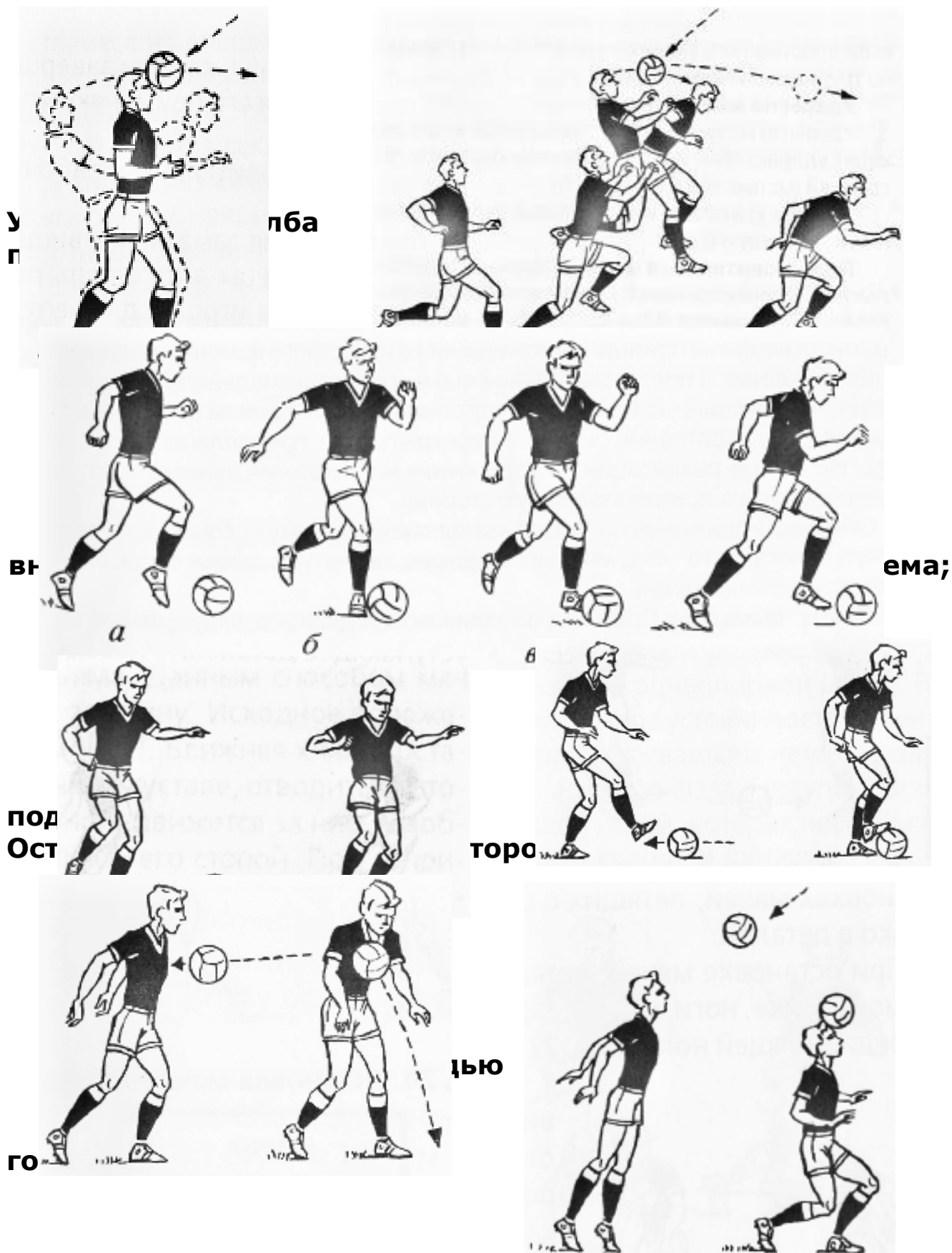
Финт "уход" выпадам.



ЮГ



Удар средней частью подъема



Правила игры в футбол

Участниками игры являются две команды. В составе каждой – вратарь, 4 полевых игрока и не более 7 запасных.

Для детей в возрасте 10-11 лет в состав каждой команды включается по 5 полевых игроков и вратарь при том же количестве запасных.

В ходе игры число замен не ограничивается. Любой игрок, которого заменили, может вновь вернуться на поле вместо одного из игроков своей команды. Экипировка игроков состоит из футболки, трусов, гетр, щитков и спортивных тапочек. Вратарь имеет право играть в длинных брюках.

Игровое поле (площадка) должно иметь прямоугольную форму. Его покрытие должно быть ровным и гладким. Как правило, для игры используется деревянное или искусственное покрытие. На бетонном или асфальтовом покрытии играть не разрешается. Длина игрового поля – 28-40м, ширина – 16-20м. Оно размечается линиями шириной – 8 см. Эти линии входят в размер площадей, которые они ограничивают. Две длинные линии называются боковыми, а две короткие – линиями ворот. Средняя линия делит поле на две равные половины. В центре площадки обозначается центральный круг диаметром 3м. На обеих половинах игрового поля обозначаются штрафные площади. На расстоянии 6м от средней точки между двумя стойками ворот обозначается отметка для пробития 6-метрового удара (пенальти). В играх школьных команд дабл-пенальти не назначается. В каждом углу поля проводится четверть окружности радиусом 25 см – угловые сектора. Замена игроков осуществляется только через зоны замены, которые обозначены на той стороне игрового поля, где расположены скамейки запасных игроков. При проведении внутришкольных соревнований могут вноситься коррективы в соответствии с имеющимися условиями.

Ворота устанавливаются на середине каждой линии ворот. Расстояние между стойками ворот – 3 м, а от нижней точки перекладины до поверхности поля – 2 м. Обе стойки и перекладина ворот имеют одинаковую ширину и глубину – 8 см. Сетки крепятся к стойкам ворот и перекладине с внешней стороны площадки. Ворота могут быть передвижными, но во время игры они должны быть надежно закреплены.

Мяч. Длина окружности не менее 60 см и не более 62 см. Его вес – 400-440 гр. Особенность футбольного мяча – небольшой отскок от поверхности площадки, что позволяет ему длительное время не покидать пределы поля. Мяч считается вышедшим из игры, если он полностью пересечет линию ворот или боковую линию поля. Если же мяч катится по линии или хотя бы его проекция какой-либо частью находится на линии, он считается в игре. Аналогично определяется и взятие ворот.

Выбор сторон поля осуществляется с помощью жребия. Команда, выигравшая жребий, выбирает ворота. Соперник получает право на начальный удар. При его выполнении мяч становится на центр, а игроки располагаются на своих половинах поля. При этом игроки команды, не начинающей игру, должны стоять не ближе 3м от мяча. Игрок, выполняющий начальный удар, должен послать мяч ударом ногой вперед после сигнала судьи. Этот игрок не может коснуться мяча повторно, пока его не коснется любой другой игрок. Гол, забитый непосредственно с начального удара, засчитывается. После забитого гола начальный удар выполняется командой, пропустившей мяч в свои ворота.

Продолжительность игры – два равных периода – по 15 минут астрономического («грязного») времени каждый. Для пробития 6-метрового удара продолжительность игры должна быть увеличена. Перерыв между периодами не должен превышать 10 минут. Победительницей в игре считается команда, забившая сопернику большее число мячей. Если у обеих команд равное количество забитых мячей или же таковые отсутствуют, игра считается закончившейся вничью.

Состав судейской бригады включает судью и второго судью. Судьи имеют равные полномочия. Однако в случае разногласия между ними в оценке какого-либо эпизода решение судьи является приоритетным. Судья располагается на противоположной от скамейки запасных игроков стороне поля. Второй судья занимает позицию на площадке перед скамейками запасных.

Внутришкольные соревнования могут обслуживаться одним судьей.

Штрафной удар назначается за умышленную игру рукой, игру в подкате при отборе мяча у соперника, за задержку соперника или за толчок в плечо или спину. Такой удар выполняется пострадавшей командой с места, где произошло нарушение. Если такие нарушения совершаются игроком в своей штрафной площади, независимо от того, где находился в этот момент мяч, судья назначает в ворота провинившейся команды 6-метровый удар (пенальти). Для пробития пенальти мяч устанавливается на 6-метровой отметке, а игроки располагаются за воображаемой линией, параллельной линии ворот и проходящей в 6 м от нее, но не ближе 5 м от мяча. Вратарь защищаемой команды занимает позицию на линии ворот, лицом к бьющему игроку. Гол, забитый непосредственно с 6-метрового удара, засчитывается.

Свободный удар назначается в сторону той команды, игрок которой сыграл против соперника опасно; не владея мячом, препятствовал продвижению соперника без мяча; мешал вратарю вбросить мяч в поле. Свободный удар арбитры должны назначить также, если вратарь допустит такие нарушения, как: введя мяч в игру, вновь получит пас от партнера (при этом мяч за это время не пересек среднюю линию поля или же его не коснулся соперник); взял мяч в руки в штрафной площади после паса ногой от партнера; контролирует мяч в любом месте на своей половине поля более четырех секунд. Такой удар выполняется противоположной командой с места, где произошло нарушение. Однако, если нарушение произошло в штрафной площади команды соперника, то свободный удар выполняется с ближайшей к месту нарушения точки на линии штрафной площади.

При выполнении штрафных и свободных ударов мяч должен неподвижно лежать на поверхности поля, а игрок, выполняющий удар, не может касаться его повторно до того момента, когда мячом сыграет любой другой игрок. При этом все игроки противоположной команды должны располагаться не ближе 5 м от мяча до тех пор, пока тот не войдет в игру. Мяч, забитый в ворота непосредственно со штрафного удара, засчитывается. Со свободного удара гол засчитывается только в случае, если после удара мяча коснется любой другой игрок. Если при выполнении штрафного удара кто-либо из игроков приблизится к мячу ближе 5 м, удар повторяется.

10-метровый удар (дабл-пенальти). В соревнованиях школьных команд 10-метровый удар (дабл-пенальти) не назначается, количество набранных фолов не фиксируется.

Удар с боковой линии выполняется после того, как мяч полностью ее пересечет. Выполняет удар один из соперников игрока, который последним коснулся мяча. Мяч становится на боковую линию, а игроки провинившейся команды располагаются в 5 м от него. Удар должен быть выполнен в течение 4 сек с момента, когда бьющий игрок взял мяч под контроль. Мяч, забитый непосредственно с такого удара, не засчитывается. Однако если после удара мяч коснется какого-либо другого игрока, судья засчитывает гол.

Угловой удар назначается, когда мяч полностью пересечет линию ворот и последним его коснется игрок, защищающейся команды. Для выполнения этого удара мяч ставится полностью внутри углового сектора, ближайшего к месту выхода мяча за пределы поля. Гол засчитывается, если мяч забит в ворота непосредственно с углового. При пробитии этого удара соперники располагаются не ближе 5 м от мяча.

Вбрасывание мяча от ворот выполняется, когда мяч полностью пересечет линию ворот над перекладиной или между одной из стоек и боковой линией. Вратарь, взяв мяч под контроль, должен выполнить вбрасывание в течение 4 сек. Если вратарь забивает мяч в противоположные ворота непосредственно с такого броска, гол не засчитывается.

«Спорный» мяч – это способ возобновления игры после ее временной остановки. Судья производит вбрасывание мяча в том месте, где он находится в момент остановки игры. Если такая остановка произошла в штрафной площади, то вбрасывание осуществляется с ближайшей точки на линии штрафной площади. Игра возобновляется, когда мяч коснется поверхности игрового поля.

Дисциплинарные санкции применяются к игрокам, совершившим определенные правила игры нарушения. Игроку выносится предупреждение и предъявляется желтая карточка за следующие нарушения: некорректное поведение, несогласие с действиями арбитра, несоблюдение 5-метрового расстояния при выполнении соперником стандартных положений, нарушение правила замены, уход с поля без разрешения судьи. За каждое из этих нарушений противоположная команда выполняет свободный удар с того места, где это нарушение произошло. Если же игрок нарушил данные правила в штрафной площади команды соперника, то свободный удар выполняется с ближайшей точки на линии штрафной площади.

Если же игрок оказался виновным в серьезных нарушениях правил, он удаляется с поля и ему предъявляется красная карточка. К таким нарушениям относятся неспортивное поведение на поле, повторное предупреждение в течение игры, умышленная игра в своей штрафной площади, грубое нападение на соперника. Удаленный игрок не имеет права снова вступать в игру и находиться на скамейке запасных. При этом провинившаяся команда в течении последующих двух минут должна играть в меньшинстве. При этом, если пять соперников играют против четырех игроков в другой команде, и первые забивают гол, то команду с четырьмя игроками может дополнить пятый игрок. Если же команда играет в меньшинстве и забивает гол, то игра продолжается без изменения числа игроков. Если в команде после удаления игроков осталось менее трех участников, включая вратаря, судья прекращает игру и засчитывает этой команде поражение.

Правила игры также требуют от арбитров наказания игроков не только за совершенное, но и за попытку совершить его. Например, один из игроков попытался ударить в ходе игры ногой или рукой соперника. Однако последний увернулся – такой удар не достиг цели. Как должен оценить действия этого игрока судья? Необходимо его действия расценивать как совершившийся факт. В связи с этим судья должен наказывать виновного со всей строгостью. Если же в ответ на совершенное против него нарушение игрок лишь замахнет на соперника рукой или ногой, судья должен расценить такое действие по-другому. Если игра остановлена, судья может предупредить или даже удалить этого игрока с поля. Если же игра не остановлена, чтобы не дать преимущества провинившейся команде, судья все равно не должен оставить данный проступок без внимания. При первом же выходе мяча из игры накладывает на такого игрока взыскание

Приложение №4

Правила судейства в футболе

Полномочия судьи.

Каждый матч контролируется судьей, имеющим все полномочия по обеспечению соблюдения Правил игры в том матче, на который он назначен.

Права и обязанности.

Судья:

- обеспечивает соблюдение правил игры;
- контролирует ход матча во взаимодействии с помощниками судьи и, там где это имеет место, с резервным, судьей;
- обеспечивает соответствие любых используемых мячей требованиям Правила 2;
- обеспечивает соответствие экипировки игроков требованиям Правила 4;
- ведет хронометраж игры и запись матча;
- по своему усмотрению останавливает, временно прерывает или вовсе прекращает матч при любом нарушении Правил;
- останавливает, временно прерывает или вовсе прекращает матч при любом постороннем вмешательстве;
- останавливает матч, если, по его мнению, игрок получил серьезную травму, и обеспечивает его уход/вынос за пределы поля. Получивший травму игрок может вернуться на поле только после возобновления игры;
- если игрок, по его мнению, получил лишь незначительную травму, позволяет продолжать игру до выхода мяча из игры;
- обеспечивает, чтобы игрок покинул поле в случае кровотечения из раны. Игрок может вернуться на поле только по сигналу судьи, убедившегося в том, что кровотечение остановлено;
- позволяет продолжить игру, когда команда, против которой было совершено нарушение, получает выгоду от такого преимущества, и наказывает первоначальное нарушение, если предполагавшимся преимуществом в тот момент не воспользовались;

- когда игрок одновременно совершает более одного нарушения, его наказывают за более серьезное нарушение;
- принимает меры дисциплинарного воздействия по отношению к игрокам, виновным в нарушениях, караемых предупреждением или удалением. Он не обязан предпринять такие меры незамедлительно, но должен сделать это, как только мяч выйдет из игры;
- принимает меры в отношении официальных лиц команд, ведущих себя некорректно, и может по своему усмотрению удалить их с поля и прилегающих к полю зон;
- действует на основании рекомендации помощников судьи в отношении инцидентов, которые он сам не видел;
- обеспечивает, чтобы посторонние лица не появлялись на поле;
- возобновляет матч после его остановки;
- представляет соответствующим органом рапорт о матче, включающий информацию по всем принятым дисциплинарным мерам в отношении игроков и/или официальных лиц команд, а также по всем прочим инцидентам, происшедшим до матча, во время или после него.

Решения судьи

Решения судьи по фактам, связанным с игрой, являются окончательными. Судья может изменить решение только в случае, если он поймет его ошибочность или (на его усмотрение) по рекомендации помощника судьи, но при условии, что он еще не возобновил игру.

Приложение №5

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ № _____ ДЛЯ ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА С МЯЧОМ (футбол) 1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

К занятиям игровыми видами спорта с мячом допускаются:

- обучающиеся 1 - 11-х классов, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий игровыми видами спорта с мячом;
- прошедшие инструктаж по технике безопасности;
- ознакомленные с инструкциями по выполнению упражнений с мячом;
- одетые в спортивную одежду и обувь, соответствующие конкретному игровому виду спорта с мячом;
- использующие индивидуальные средства защиты (налокотники, наколенники, щитки и т.п.).

При занятиях игровыми видами спорта с мячом обучающиеся обязаны соблюдать Правила поведения для обучающихся. График занятий игровыми видами спорта с мячом определяется календарным планированием, утвержденным директором гимназии.

Опасными факторами при занятиях игровыми видами спорта с мячом являются:

- **физические** (покрытие спортивных площадок; спортивное оборудование и инвентарь; система вентиляции; динамические перегрузки; столкновения с другими участниками и (или) оборудованием);
- **химические** (пыль).

При занятиях игровыми видами спорта с мячом в зале обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

Обучающиеся должны уметь оказывать первую доврачебную помощь, а при занятиях в зале знать расположение аптечки.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить работнику, проводящему занятия по игровым видам спорта с мячом.

Обучающимся запрещается без разрешения учителя, проводящего занятия, подходить к другому оборудованию и инвентарю и пользоваться им.

Обучающимся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, привлекаются к ответственности.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

Изучить содержание настоящей Инструкции.

Надеть спортивный костюм и соответствующую спортивную обувь (при занятиях в зале - не оставляющую следов на полу).

Проверить исправность и надежность установки и крепления оборудования (ворот, стоек, и т.п.).

Убедиться в отсутствие посторонних лиц и предметов на площадке, а также в отсутствие нарушения ее покрытия.

Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи.

Запрещается приступать к занятиям игровыми видами спорта с мячом при незаживших травмах и общем недомогании.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

Во время занятий обучающийся обязан:

- соблюдать настоящую инструкцию;
- соблюдать правила игры и игровую дисциплину.
- неукоснительно выполнять все указания работника, проводящего занятия;
- начинать, прерывать и завершать занятия только по команде работника, проводящего занятие;
- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь только с разрешения и под руководством работника, проводящего занятия;
- выполнять только те упражнения, которые определены работником, проводящим занятия;
- уметь выполнять приемы самостраховки при падениях и столкновениях с другими учащимися.

Обучающимся запрещается:

- выполнять упражнения с использованием неисправного оборудования;
- выполнять любые действия без разрешения работника, проводящего занятия;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению;
- наносить удары мячом в лицо и по телу других учащихся;
- производить самостоятельно разборку, сборку и ремонт спортивного оборудования.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

При возникновении во время занятий спортивными играми с мячом болей в суставах, мышцах, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом работнику, проводящему занятия и действовать в соответствии с его указаниями.

При возникновении чрезвычайной ситуации (обнаружении неисправности спортивного оборудования и (или) приспособлений, появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом работнику, проводящему занятия и действовать в соответствии с его указаниями.

При получении травмы сообщить об этом работнику, проводящему занятия.

При необходимости и возможности помочь работнику, проводящему занятия, оказать пострадавшему первую помощь.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

Сдать использованный инвентарь работнику, проводящему занятия.

С разрешения работника, проводящего занятия, пойти в раздевалку.

Принять душ, переодеться, просушить волосы под феном.

При обнаружении неисправности спортивного оборудования, а при занятиях в зале, кроме того, при обнаружении неисправности системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом работника, проводящего занятия.

6. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Проверка и пересмотр настоящей инструкции осуществляются не реже одного раза в 5 лет.

Инструкция должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях:

- при пересмотре межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда;
- при изменении условий проведения занятий по игровым видам спорта с мячом;
- при внедрении нового спортивного оборудования и (или) технологий;
- по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев;
- по требованию представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда.

Если в течение 5 лет со дня утверждения (введения в действие) настоящей инструкции условия проведения занятий по игровым видам спорта с мячом не изменяются, то ее действие продлевается на следующие 5 лет.

Ответственность за своевременное внесение изменений и дополнений, а также пересмотр настоящей инструкции возлагается на работника, проводящего занятия по игровым видам спорта с мячом.

Приложение №6

Тестовое задание «Знарок футбола»

Какую форму имеет площадка для игры в мини-футбол?

- а) квадратную
- б) прямоугольную
- в) треугольную.

2. Чему равна минимальная длина и ширина площадки?

а) 20x15 б) 30x15 в) 25x15.

3. Как называется прием, который вводит мяч в игру?

а) начальный удар б) вбрасывание в) пас

4. Где находятся все игроки, пока мяч не войдет в игру?

а) это определяет судья

б) не важно

в) на своих половинах площадки

5. Где должны находиться соперники команды, выполняющей начальный удар, пока мяч не войдет в игру?

а) зависит от указаний тренера

б) не ближе 3 м от мяча

в) где угодно.

6. Где находится мяч во время начального удара?

а) на половине команды, вводящей мяч в игру

б) где укажет судья

в) мяч неподвижно находится на центральной отметке площадки

7. Как называется прием, который вводит мяч в игру?

а) начальный удар б) вбрасывание в) пас

8. При соблюдении, каких условий начального удара считается, что мяч в игре?

а) когда по нему нанесен удар

б) когда после сигнала судьи по нему нанесен удар, направленный вперед

в) когда по нему нанесен удар, направленный вперед

9. Когда разыгрывается спорный мяч?

а) при условии, что непосредственно перед остановкой, он находился в игре, по любой причине, не упомянутой нигде в Правилах игры.

б) при условии, что непосредственно перед остановкой, он не пересекал боковую линию или линию ворот, по причине любого спора участников игры

в) по любой причине, не согласия игроков с мнением судьи и/или игроков команд-соперников, и/или по требованию тренера какой-либо из команд.

10. Как разыгрывается спорный мяч?

а) по свистку судьи

б) судья производит вбрасывание

в) судья проводит жеребьевку.

11. Где разыгрывается спорный мяч?

а) в центре площадки

б) там, где находился мяч в момент остановки игры

в) там, где находился мяч в момент остановки игры за исключением случая, когда мяч находился в штрафной площади

12. Где разыгрывается спорный мяч, если в момент остановки игры он находился в штрафной площади?
- а) это определяет судья
 - б) на линии штрафной площади в точке, ближайшей к месту, где мяч находился в момент остановки игры
 - в) в центре площадки
13. Какое наказание назначает судья, если игрок, выполняющий начальный удар повторно коснется мяча?
- а) начальный удар повторяется
 - б) штрафной
 - в) свободный.
14. Мяч не в игре, если:
- а) полностью пересечет линию ворот или боковую линию по земле или по воздуху, коснется потолка
 - б) отскочит от судьи, когда он находился внутри площадки
 - в) отскочит от перекладины или стойки ворот внутрь площадки
15. Удар с боковой линии назначается, когда мяч:
- а) полностью пересек боковую линию по земле или по воздуху или коснется потолка
 - б) коснется потолка
 - в) полностью пересек боковую линию по земле или по воздуху
16. Где находятся игроки, защищающейся команды во время удара с боковой линии?
- а) это определяет судья
 - б) не важно
 - в) не ближе 5м от места, с которого выполняется удар по мячу с боковой линии
17. К способам возобновления игры относятся:
- а) угловой удар;
 - б) начальный удар
 - в) пас от ворот
18. Чему равна минимальная длина и ширина площадки?
- а) 20x15
 - б) 30x15
 - в) 25x15.
19. Как называется прием, который вводит мяч в игру?
- а) начальный удар
 - б) вбрасывание
 - в) пас
20. Какую форму имеет площадка для игры в мини-футбол?
- а) квадратную
 - б) прямоугольную
 - в) треугольную.
21. Где находятся все игроки, пока мяч не войдет в игру?
- а) это определяет судья
 - б) не важно
 - в) на своих половинах площадки

Рефлексия. Подведения итогов занятия.

Обязательным условием создания развивающей среды на занятии является этап **рефлексии**. Слово *рефлексия* происходит от латинского reflexio – *обращение назад*. Словарь иностранных слов **определяет рефлексию как размышление о своем внутреннем состоянии, самопознание**. Толковый словарь русского языка трактует рефлексию как **самоанализ**. В современной педагогике под **рефлексией** понимают **самоанализ деятельности и её результатов**.

Рефлексия может осуществляться не только в конце тренировки, как это принято считать, но и на любом его этапе. **Рефлексия направлена на осознание пройденного пути, сбор в общую копилку замеченного, обдуманного, понятого каждым**. Её цель не просто уйти с занятия с зафиксированным результатом, а выстроить смысловую цепочку, **сравнить** способы и методы, применяемые другими со своими.

Исходя из функций рефлексии предлагается следующая **классификация**:

- ✓ рефлексия настроения и эмоционального состояния;
- ✓ рефлексия деятельности;
- ✓ рефлексия содержания учебного материала

Проведение **рефлексии настроения и эмоционального состояния** целесообразно в начале занятия с целью установления эмоционального контакта с группой и в конце деятельности. Применяются карточки с изображением лиц, цветное изображение настроения, эмоционально-художественное оформление (картина, музыкальный фрагмент).

Рефлексия деятельности дает возможность осмысления способов и приемов работы с учебным материалом, поиска наиболее рациональных. Применение этого вида рефлексии в конце занятия дает возможность оценить активность каждого на разных этапах занятия, используя например прием «лестницы успеха».

Рефлексия содержания учебного материала используется для выявления уровня осознания содержания пройденного. Эффективен прием незаконченного предложения, тезиса, подбора афоризма, рефлексия достижения цели с использованием «дерева целей», оценки «приращения» знаний и достижения целей (высказывания Я не знал... - Теперь я знаю...).

Обычно в конце занятия подводятся его итоги, обсуждение того, что узнали, и того, как работали, т.е. каждый оценивает свой вклад в достижение поставленных в начале занятия целей, свою активность, эффективность работы группы, увлекательность и полезность выбранных форм работы. **Ребята по кругу высказываются одним предложением, выбирая начало фразы из рефлексивного экрана на доске:**

сегодня я узнал...

было интересно...

было трудно...

я выполнял задания...

я понял, что...

теперь я могу...

я почувствовал, что...

я приобрел...

я научился...
у меня получилось ...
я смог...
я попробую...
меня удивило...
урок дал мне для жизни...
мне захотелось...

Для подведения итогов занятия **можно воспользоваться упражнением «Плюс-минус-интересно»**. Это упражнение можно выполнять как устно, так и письменно, в зависимости от наличия времени. Для письменного выполнения предлагается заполнить таблицу из трех граф. В графу «П» - «плюс» записывается все, что понравилось на занятии, информация и формы работы, которые вызвали положительные эмоции, либо, по мнению ученика, могут быть ему полезны для достижения каких-то целей. В графу «М» - «минус» записывается все, что не понравилось на уроке, показалось скучным, вызвало неприязнь, осталось непонятным, или информация, которая, по мнению ученика, оказалась для него не нужной, бесполезной с точки зрения решения жизненных ситуаций. В графу «И» - «интересно» учащиеся вписывают все любопытные факты, о которых узнали на занятии, и то, что бы еще хотелось узнать по данной проблеме, вопросы к педагогу. Это упражнение позволяет педагогу взглянуть на занятие глазами учеников, проанализировать его с точки зрения ценности для каждого занимающегося. Для обучающихся наиболее важными будут графы «П» и «И», так как в них будут содержаться памятки о той информации, которая может им когда-нибудь пригодиться.

В конце занятия можно дать ребятам небольшую анкету, которая позволяет осуществить самоанализ, дать качественную и количественную оценку занятия. Некоторые пункты можно варьировать, дополнять, это зависит от того, на какие элементы занятия обращается особое внимание. Можно попросить обучающихся аргументировать свой ответ.

- | | |
|--------------------------------|--------------------------|
| 1. На занятии я работал | |
| 2. Своей работой на занятии я | активно / пассивно |
| 3. Занятие для меня показалось | доволен / не доволен |
| 4. За занятие я | коротким / длинным |
| 5. Мое настроение | не устал / устал |
| 6. Материал занятия мне был | стало лучше / стало хуже |
| | понятен / не понятен |
| | полезен / бесполезен |
| | интересен / скучен |

Для того чтобы закончить занятие на положительной ноте, можно воспользоваться одним из вариантов **упражнения «Комплимент»** (Комплимент-похвала, Комплимент деловым качествам, Комплимент в чувствах), в котором обучающиеся оценивают вклад друг друга в занятие и благодарят друг друга и педагога за проведенное занятие. Такой вариант окончания занятия дает возможность удовлетворения потребности в признании личностной значимости каждого.

Рефлексивная контрольно-оценочная деятельность при организации коллективно-учебной деятельности в группе предполагает включение каждого учащегося в действие взаимоконтроля и самооценки. Для этого используются **оценочные карты**, цель которых – научить адекватно оценивать себя и других. Можно предложить учащимся сделать **краткие записи – обоснования оценки в виде похвалы, одобрения, пожелания** и т.д.

Таким образом, **рефлексия на занятии** – это совместная деятельность обучающихся и педагога, позволяющая совершенствовать учебный процесс, ориентируясь на личность каждого обучающегося.