


Государственное бюджетное общеобразовательное
учреждение города Москвы

«Школа №171»

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора

 И.Л. Кокорина
« 1 » август 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ Школа №171

 Л.П. Карпенко
« 1 » сентябрь 2017 г.

Приказ от _____ № _____



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа

«Футбол»

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации – 1 год

Год разработки – 2017 г.

Возраст: 9-11 лет

Составитель: Быковский Павел Александрович,

учитель физической культуры

Москва

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Весёлый мяч» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 N 27Э-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утв. приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008, Концепцией развития дополнительного образования детей, СанПиН 2.4.4.3172-14, утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41.

Дополнительная общеразвивающая программа «Кожаный мяч» является *программой физкультурно-спортивной направленности*.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» *разработана для учащихся 9-11 лет и рассчитана на ознакомительный уровень освоения.*

Актуальность и педагогическая целесообразность программы.

Спорт и физическая культура всегда были своеобразным показателем здоровья и развития любого государства. Особенно это относится к нашему государству – в нашей стране с незапамятных времен спорт был на одном из первых мест. Сейчас можно наблюдать процесс восстановления статуса великой спортивной державы.

Повсеместно открываются все больше и больше спортивных школ, детско-юношеских центров, спортивных кружков и секций.

Во многом этому способствует активная пропаганда занятий спортом и поддержания здорового образа жизни. Занятия спортом важны для детей, на которых нацелена программа не только с точки зрения их физического развития, но и с позиции гармоничного развития личности ребенка.

Одним из наиболее популярных во всем мире и в нашей стране видов спорта является футбол - одна из самых массовых коллективных игр.

Благодаря своей доступности она пользуется большой популярностью у детей. Занятия с элементами футбола развивают основные физические качества: быстроту, ловкость, гибкость и выносливость.

Занятия ОФП являются необходимым условием игры в футбол. Они помогают развивать и поддерживать необходимую физическую форму, держать мышцы в постоянном тонусе, позволяют подготовиться к занятиям футболом. В процессе тренировок и игр совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности.

Программа предусматривает укрепление здоровья детей через занятия ОФП, обучение основным правилам приемам игры в футбол.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в приобретении учащимися мотивации занятий спортом и физической культурой.

Новизна и отличительные особенности программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» разработана на основе авторской программы. Новизна программы состоит в применении нового деления учебного процесса по этапам, что позволяет осуществлять дополнительное вливание извне в любой из этапов обучающего процесса, с учетом индивидуальных психолого-физиологических особенностей детей. Эти параметры выявляются посредством программы педагогического мониторинга прописанного в разделе «прогнозируемые результаты», что дает возможность индивидуальной траектории освоения программного материала каждым ребенком.

Группа имеет определенные задачи:

- ✓ укрепление здоровья и закаливание организма;

- ✓ привитие интереса к занятиям футболом;
- ✓ всесторонняя физическая подготовка с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- ✓ обучение основам техники владения мячом и тактики игры;
- ✓ освоение процесса игры в соответствии с правилами мини-футбола; изучение элементарных теоретических сведений о гигиене, технике, тактике и правилах игры в футбол.

Цель и задачи программы.

Цель программы - общефизическое развитие детей через обучение игре в футбол.

Задачи программы:

в обучении:

1. Обучить навыкам и умениям в выполнении различных физических упражнений;
2. Обучить основным и специальным элементам игры в футбол;
3. Обучить групповому взаимодействию в различных его формах посредством подвижных игр и соревнований;
4. Обучить основам знаний и умений по профилактике заболеваний и ведению здорового образа жизни.

✓ в развитии:

1. Выявить особенности физического развития обучающихся;
2. Развивать индивидуальные способности и особенности ребенка;
3. Развивать мотивацию ребенка к занятиям физической культурой и футболом;
4. Развивать такие физические качества, как выносливость, быстрота, сила, ловкость, координация;
5. Повысить сопротивляемость организма ребенка к неблагоприятным факторам внешней среды;

6. Развивать у детей стремление и желание к самовыражению через игру футбол;

✓ в воспитании:

1. Воспитывать у ребенка культуру поведения в коллективе;
2. Воспитывать нравственные качества у ребенка;
3. Способствовать максимальной социализации и социальной адаптации ребенка в обществе.

Категория обучающихся по программе.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы 9-11 лет.

На обучение по программе принимаются все желающие.

Методические рекомендации.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15-20-минутных бесед. При проведении бесед рекомендуется использовать наглядные пособия, учебные фильмы.

Обучение техническим приемам рекомендуется начинать с выполнения их в наиболее простых условиях: удар по неподвижному мячу, ведение на малой скорости и т. д. Обучение ударам и остановкам мяча рекомендуется проводить одновременно. При обучении школьников технике владения мячом очень важно стремиться создать у них правильное зрительное представление о конкретном приеме.

Затем следует перейти к обучению сочетаниям технических приемов, которые наиболее часто встречаются в игре:

- ✓ остановка мяча - ведение - передача;
- ✓ остановка мяча с уходом в сторону – финт - ведение - передача и т. д.

Наряду с этим усложняются и задачи, стоящие перед учащимися. Так, остановку мяча следует выполнять уже в движении - вперед, назад или в

сторону, передачу мяча - низом или верхом, сильно или слабо и пр. Основное внимание при этом обращается на овладение, правильной двигательной структурой изучаемых приемов, а также на умение согласовывать свои действия с движением мяча.

Обучение тактике игры следует начинать со зрительной ориентировки. Надо научить учащихся постоянно наблюдать за расположением партнеров и соперников, оценивать обстановку и принимать решение до получения мяча или в момент его приема с тем, чтобы после овладения мячом начать действовать без задержки, в соответствии с принятым решением.

Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям проводится в группах по 2-3 человека при двустороннем взаимодействии защиты и нападения, когда одни выполняют атакующие действия (с мячом и без мяча), а другие - защитные действия. Обучение индивидуальным действиям также включает в себя упражнения в выборе позиции для получения мяча, «держании» соперника, своевременной передаче мяча, перехвате передачи, применении ведения, финтов и ударов по воротам.

Режим занятий.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность занятия - 45 минут, с установленными перерывами в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 № 41.

Содержание программы. Физическая подготовка.

Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена

направления. Направление движения строя. Обозначение шага на месте. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища: упражнения на формирование правильной осанки; в различных исходных положениях - наклоны, повороты туловища; в положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеих ног, поднимание и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ног, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Упражнения с предметами.

Упражнения с короткой и длинной скакалкой: на одной и обеих ногах прыжки с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе, прыжки с продвижением шагом и бегом.

Упражнения с отягощением: упражнения с набивными мячами - броски, ловля в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями; броски и ловля мячей парами и группами (вес мячей 2-4 кг).

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Акробатические упражнения.

Кувырки (вперед, назад и в стороны) в группировке, «полушпагат»; полет-кувырок вперед с места и с разбега, перевороты (в стороны и вперед).

Подвижные игры и эстафеты.

Игры с мячом: игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения.

Бег на 30, 60, 100, 200 м, а также на 400, 500, 800, 1500 м.

Кроссы от 1000 до 3000 м (в зависимости от возраста).

Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега.

Метания.

Гимнастические упражнения.

Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, канат, шест, лестница, скамейка, перекладина, брусья, кольца; опорные и простые прыжки с мостика и трамплина через козла.

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития силы.

Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2-4 кг, мешочки с песком 3-5 кг) с последующим быстрым выпрямлением.

Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением.

Приседание на одной ноге («пистолет») с последующим подскоком вверх.

Лежа на животе - сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора (для укрепления мышц задней поверхности бедра).

Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед.

Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность.

Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте).

В упоре лежа хлопки ладонями.

Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором.

Сжимание теннисного (резинового) мяча.

Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движения кистей и пальцев).

Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.

Ловля набивных мячей, направляемых 2-3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты.

Повторное пробегание коротких отрезков (10-30 м) из различных исходных положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа, находясь в положении широкого выпада, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте и в разных направлениях).

Бег с изменением направления (до 180°). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении и т. д. Челночный бег 2x10 м, 4x5 м, 4x10 м, 2x15 м и т. п.

Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно - спиной и т. д. Бег боком и спиной вперед (на 10-20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками, стоящими или медленно передвигающимися с помощью партнеров. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход от обычного бега на бег спиной вперед).

Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость).

Рывки к мячу с последующим ударом по воротам. Выполнение элементов

техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Упражнения для развития ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); то же, выполняя в прыжке поворот на 90-180°. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом» и др.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Переменный и повторный бег с мячом.

Двусторонние игры (для старшей группы). Двусторонние игры (команды играют в уменьшенном по численности составе). Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т. п.) большой интенсивности.

Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 3-10 мин. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.

Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения.

Ациклический бег (с повторным скачком на одной ноге).

Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега.

Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега (вперед и назад) направо, налево и кругом (переступая и на одной ноге). Остановки во время бега - выпадом, прыжком и переступанием.

Техника и тактика игры.

Техника игры.

Удары по мячу ногой.

Удары правой и левой ногой: внутренней частью подъема, внутренней стороной стопы и серединой, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.

Удары по неподвижному и катящемуся мячу носком.

Выполнение ударов после остановки, ведения и рывков.

Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и внутренней частью подъема.

Удары на точность: в ноги партнеру, в ворота, в цель, на ход двигающемуся партнеру.

Удары подъемом (внешней, внутренней частью и серединой), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу.

Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу.

Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу).

Удары с полулета (всеми способами).

Удары по мячу головой.

Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.

Удары на точность: партнеру, в ворота, в цель, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка мяча.

Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча.

Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего навстречу мяча - на месте и в движении.

Ведение мяча.

Ведение внутренней и внешней частями подъема правой и левой ногой и поочередно: по прямой, меняя направление движения, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, выполняя ускорения.

Ложные движения (финты). После замедления бега или неожиданной остановки - рывок с мячом в другом направлении или внезапная передача мяча назад (откатывая подошвой) партнеру.

Ложный замах ногой для удара по мячу.

Ложное движение туловища в одну сторону - рывок с мячом в другую сторону. Имитируя удар по мячу, перенести в последний момент ногу через мяч, наклонить туловище в одну сторону и сделать рывок с мячом в другую.

Отбор мяча, перехват мяча.

Отбор мяча у соперника, находящегося на месте и в движении, применяя выбивание мяча, толчки.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места - из положения шага.

Вбрасывание мяча на точность: в ноги и на ход партнеру.

Техника игры вратаря.

Основная стойка вратаря.

Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.

Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением.

Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке (с места и разбега).

Ловля летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом.

Быстрый подъем с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тактика игры.

Тактические действия полевых игроков.

Обучение занимающихся правильному расположению на футбольном поле и умению выполнять основные тактические действия в нападении и защите.

В нападении: передача мяча открывшемуся партнеру; выбор места для получения мяча; взаимодействие с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками; выбор места вблизи ворот противника, не нарушая правила «вне игры» для завершения атаки ударом по воротам. Простейшие комбинации (по одной) при начале игры, при подаче углового, при вбрасывании мяча из-за боковой линии, при свободном и штрафном ударах.

В защите: зонный метод обороны. Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом, выбиванием, толчком плеча.

Тактика вратаря. Выбор исходной позиции в воротах в зависимости от места и угла удара. Розыгрыш свободного удара от своих ворот. Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру. Позиция при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Тематический план занятий.

№п/п	Содержание занятий	Кол-во часов
Теоретические сведения.		
1.	Футбол в России и за рубежом. Гигиенические знания и закаливание.	1

2.	Врачебный контроль и самоконтроль. Физиологические основы спортивной тренировки.	0
3.	Общая и специальная физическая подготовка.	1
4.	Техническая подготовка. Тактическая подготовка.	1
5.	Психологическая подготовка.	0
6.	Правила игры.	1
Итого:		4
Практические занятия.		
1.	Общая физическая подготовка.	21
2.	Специальная физическая подготовка.	21
3.	Техника игры.	0
4.	Тактика игры.	14
5.	Соревнования.	10
Итого:		66
Всего:		70

Поурочное содержание тем занятий:

1. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.
Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол. Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране.
2. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм. Режим дня и питание. Основы спортивной тренировки. Оснащение спортсмена. Техника безопасности.
3. Правила соревнований по волейболу. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).
4. Инструкторская и судейская практика. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).
5. Контрольные нормативы: ОФП.
6. Контрольные нормативы: СФП.
7. Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Остановки мяча.

8. Упражнения для развития выносливости. Остановки мяча.
9. Упражнения для развития мышц ног и таза. Ведение мяча.
10. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.
11. Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча и изменением направления.
12. Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.
13. Упражнения для мышц шеи и туловища. Ведение мяча с обводкой.
14. Упражнения для развития гибкости. Ведение мяча с обводкой.
15. Упражнения с набивными мячами. Удары по мячу ногой с места
16. Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой с места
17. Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Удары по мячу ногой.
18. Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу ногой в движении.
19. Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой в движении.
20. Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой в движении
21. Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность.
22. Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу ногой на точность.
23. Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность.
24. Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой на точность.
25. Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Передачи в парах.
26. Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.
27. Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.
28. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.
29. Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.
30. Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.

31. Правила игры в волейбол. Передачи мяча в движении.
32. Инструкторская и судейская практика. Передачи мяча в движении.
33. Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.
34. Контрольная игра.
35. Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Удары по мячу головой с места.
36. Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой с места.
37. Упражнения для развития мышц ног и таза. Удары по мячу головой в движении.
38. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Удары по мячу головой в движении.
39. Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Удары по мячу головой разными способами.
40. Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.
41. Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.
42. Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.
43. Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.
44. Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия) на месте.
45. Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Финты (обманные действия) на месте.
46. Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия) на месте.
47. Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Вбрасывание из-за боковой линии.
48. Упражнения для развития быстроты. Вбрасывание из-за боковой линии.
49. Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле».

50. Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».
51. Упражнения в висах и упорах. Техника игра вратаря.
52. Упражнения для развития силовых качеств. Техника игра вратаря.
53. Прыжок в высоту способом «перешагивание». Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.
54. Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.
55. Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.
56. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.
57. Акробатические упражнения. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.
58. Упражнения для развития ловкости. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.
59. Упражнения для развития гибкости. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.
60. Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.
61. Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.
62. Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.
63. Упражнения для развития быстроты. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.
64. Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.
65. Контрольные нормативы: СФП.
66. Контрольные нормативы: ОФП.

67. Правила игры в футбол Тактика защиты: командные действия.
68. Инструкторская и судейская практика. Тактика защиты: командные действия. Тактика вратаря.
69. Упражнения для развития выносливости. Учебно-тренировочная игра с заданиями. Тактика вратаря.
- 70-72. Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Календарный учебный график.

Начало учебного года с 1 сентября 2017 года, окончание учебного года – 26 мая 2018 года.

Количество часов - 72.

Занятия в объединении проводятся в соответствии с расписанием, утвержденным директором ГБОУ Школа №171.

Занятия проводятся во второй половине дня. Между основной занятостью обучающихся и занятиями в объединении соблюдается перерыв.

Занятия в объединении проводятся в каникулярное время и не проводятся в праздничные дни.

Промежуточная аттестация учащихся проводится в декабре, мае.

Родительские собрания по дополнительному образованию детей проводятся на начало учебного года (сентябрь) и в конце учебного года (май).

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

1. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Комплексная программа физического воспитания», 1-11 классы.
2. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическая культура».
3. С.Стонкус «Индивидуальная тренировка баскетболиста».

4. В.И.Лях Методика физического воспитания учащихся классов (пособие для учителя).

5. В.И.Лях «Физическая культура» тестовый контроль.

Материально-технические условия реализации программы:

- ✓ материально-техническое обеспечение (спортивный инвентарь);
- ✓ открытая спортивная площадка, оборудованная для занятий общей физической подготовкой, и футбольное поле;
- ✓ технические средства обучения: телевизор, видеомагнитофон, фотоаппарат, видеокамера (использование принципа наглядности с целью повышения эффективности образовательного процесса).

Требования к оснащению и оборудованию:

- специальный спортивный зал с площадкой, с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;
- мячи футбольные (12-15 шт.);
- футбольные мини - ворота;
- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);
- мячи для метания;
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;
- свисток.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Нормативные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» на 2013 - 2020 годы.
4. Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы. Утв. Указом Президента РФ от 1 июня 2012 года № 761.
5. Приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014-2015 учебном году».
6. Приказ Департамента образования г. Москвы от 08.09.2015 г. № 2074 «О внесении изменений в приказ Департамента образования города Москвы от 17.12.2014 г. № 922».
7. Концепция развития дополнительного образования детей. Утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р.
8. План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей. Утв. распоряжением Правительства РФ от 24.04.2015 г., № 729-р.
9. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей: Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14. Утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41.
10. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам. Утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008.

Методическая литература:

1. Андреев С.Н. Футбол - твоя игра. - М. Просвещение, 1989.

2. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта. - М., 2012.
3. Дополнительное образование детей: Учеб. Пособие для студ. высш. учеб. Заведений / Под ред. О.Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. Центр ВЛАДОС, 2010.
4. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. - М.: АСАЭЕМ1А, 2011.
5. Закон Российской Федерации «О физической культуре».
6. Короткое И.М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 1974.
7. Марущак В.В. Спортивные игры. - М., 1985.
8. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. - М.: ФиС, 2001.
9. Программное обеспечение физкультурных занятий для детей. - М., 2005.
10. Ю.Сучилин А.А. Футбол во дворе. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
11. П.Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. - М.: АСАЭЕМ1А, 2001.
- 12.Цурик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. - М: ФиС, 1999.
13. «Футбол в школе» С.Н.Андреев. М., 2006

Литература для учащихся и родителей:

1. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры. - М.: АСАЭЕМ1 А, 2011.