Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 37 Фрунзенского района Санкт-Петербурга

Принята решением
Педагогического совета
Протокол № 1 от 31.08.2026

Утверждена приказом директора
ГБОУ школы № 37
Фрунзенского района
Санкт-Петербурга
от 01.09.2026 № 80/8 - ОД

Директор: _____
Орлова О.А.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мир футбола»

для обучающихся с нарушением интеллекта
7-17 лет
срок реализации: 1 учебный год

Разработчик:
Петров Егор Сергеевич,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

2026

Содержание

Пояснительная записка.....3
Адресат программы.....5
1. **Условия реализации программы.....5**
2. **Планируемые результаты.....6**
3. **Календарный учебный график.....8**
4. **Календарно-тематическое планирование.....8**
5. **Содержание программы …… 12**
6. **Оценочные и методические материалы……..……..…...….……...18**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа «Мир футбола» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

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

Общей целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Методы обучения:

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

Ожидаемые результаты:

- освоение техническими приемами в процессе перехода к двухсторонней игре;

- совершенствование техники владения мячом;
- освоение тактики игры.

Формы подведения итогов:
- соревнования;
- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях города, района и школы.

Адресат АДОП «Я познаю спортивный мир»

Программа предназначена для обучающихся с нарушением интеллекта, которая рассматривается и составляется каждый год.

Условия набора: принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью, по желанию или по заявлению родителей. Количество обучающихся в группе до 12 человек.

Психолого-педагогическая характеристика учащихся

В структуре психики детей с нарушением интеллекта в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению.

Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал, мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, набивные, скакалки, гимнастические скамейки, баскетбольные кольца, волейбольная сетка, футбольные ворота, гимнастические маты, шведская стенка.

Формы организации занятий

Групповые практические занятия;

Групповые и индивидуальные теоретические занятия;

Самостоятельные тренировки по заданию педагога;

Участие в спортивных соревнованиях.

Основные формы проведения занятий:

- тренировочная
- соревнования

Формы организации обучения.

· по количеству детей, участвующих в занятии, — коллективная (со всей группой в едином темпе и с общими задачами), групповая, индивидуальная;

· по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей — беседа, спортивные игры, состязания.

· по дидактической цели — вводное занятие, теоретическое занятие, практическое занятие, занятие по контролю знаний, умений и навыков, комбинированные формы занятий (теоретическое и практическое занятие)

План проведения занятий:

1. Организационный момент
2. Объяснение темы
3. Постановка цели и задачи
4. Разминка
5. Тренировка
6. Подведение итогов
7. Анализ

Методы контроля и управления образовательным процессом:

- наблюдение;
- опрос;
- показ;
- контрольные и итоговые занятия.

Планируемые результаты

Будут знать	**Будут уметь**
• Санитарно-гигиенические требования к занятиям; • Основные способы и особенности движения и передвижений человека; • О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах контроля за деятельностью этих систем; • Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки; • О причинах травматизма и правилах его предупреждения; • Понимать, как правильно осуществляется самоконтроль за состоянием организма.	• Использовать самоконтроль за состоянием здоровья; • Составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики; • Составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, быстроты и ловкости; • Взаимодействовать в команде в процессе занятий; • Владеть техникой перемещений во время игры; • Подавать, вести, принимать и передавать мяч во время спортивных игр с мячом; • Использовать различные тактические действия.

Личностные результаты

- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию;
- Развитие самостоятельности, личной ответственности за свои поступки;
- Мотивация детей к познанию;
- Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку;

- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в процессе разных видов деятельности.

Метапредметные результаты

- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
- Овладение различными способами поиска информации в соответствии с поставленными задачами;
- Готовность слушать собеседника и вести диалог;
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

Критерии оценки достижения планируемых результатов

При работе по АДОП «Мир футбола» необходимо осуществлять оценку динамики учебных достижений обучающихся, обеспечивать комплексный подход к оценке результатов освоения программного материала, отслеживать индивидуальный прогресс учащихся в достижении планируемых результатов, с учетом уровня психофизического развития и объёма имеющихся навыков. Мониторинг уровня развития при освоении программного материала так же должен быть направлен на стимулирование к занятиям физической культурой и спортом школьников разного уровня физического развития.

Мониторинг осуществляется на основе определенных критериев (приложение 1) и имеет три вида:

предварительный мониторинг проводится в течении первого месяца обучения с целью выявления имеющихся умений и навыков, физического развития и выбора направления индивидуальной работы;

промежуточный мониторинг проводится спустя 3 месяца обучения для контроля состояния здоровья и функциональной подготовленности занимающегося;

итоговый мониторинг проводится в течении последнего месяца обучения и позволяет определить изменения в развитии школьника.

Результаты наблюдения заносятся в диагностическую карту развития обучающегося (приложение 2)

В конце обучения по программе, сравниваются общие баллы предварительного мониторинга и итогового мониторинга и определяется показатель развития обучающегося в процессе усвоения программы. Схема определения показателя развития:

Иб - Пб = Пр

Иб - итоговый балл;
Пб - предварительный балл;
Пр - показатель развития.

На основе общего балла итоговой диагностики определяется уровень развития каждого обучающегося.

Уровни развития: **низкий –** 0 -23 балла
средний – 24-47 баллов
высокий – 48-70 баллов

Использование данного мониторинга позволяет оценить не только уровень развития каждого обучающегося по АДОП «Мир футбола», но и определить направление дальнейшей индивидуальной работы.

Формы подведения итогов

Для подведения итогов в программе используются: карты оценки результатов освоения программы, участие в спортивных мероприятиях школы, в соревнованиях различного уровня.

Сроки реализации программы

Процесс обучения рассчитан на 1 год.
3 группы - 108 часов (3 часа в неделю) 3 занятия в неделю
Занятия проходят 3 раза в неделю по 1 часа
Участие в городских, районных соревнованиях.
В каникулярное время занятия не проводятся

1. Календарный учебный график
1, 2 и 3 группы

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
2026-2027	01.09.2026	26.05.2027	36	36	1 раз в неделю по 1 часу

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема раздела	Количество часов		
		Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Основы знаний по футболу	2	2	-
2.	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек	2	-	2
3.	Техника ударов по мячу и остановок мяча	15	-	15
4.	Техника ведения мяча	5	-	5

5.	Техника защитных действий	5	-	5
6.	Тактика и техника игры	4	-	4
7.	Соревнования, правила соревнований	3	-	3
	Всего часов:	36	2	34

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ темы	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Техника безопасности при занятиях.	1,0
2	История возникновения футбола. Развитие футбола.	1,0
3	Учебно-диагностическая игра в футбол 7х7, 8х8	1,0
4	Перемещение футболиста.	1,0
5	Комбинация техники передвижений.	1,0
6	Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
7	Удар внутренней стороной стопы. Подготовка в соревнованиям.	1,0
8	Удар по неподвижному мячу.	1,0
9	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма.	1,0
10	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма	1,0
11	Учебно-тренировочная игра в футбол 7х7, 8х8	1,0
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1,0
13	Удар по летящему мячу серединой подъёма.	1,0
14	Удар по летящему мячу серединой лба.	1,0
15	Удар по летящему мячу боковой частью лба.	1,0
16	Соревновательная игра	1,0
17	Угловой удар. Отработка. Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
18	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1,0
19	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	1,0
20	Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
21	Соревнования СОК по мини-футболу 4х4	1,0
22	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	1,0
23	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы.Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
24	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1,0
25	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Тренировочные игры	1,0
26	Обманные движения. Финты. Тренировочные игры	1,0
27	Обводка с помощью обманных движений (финтов).Тренировочные игры	1,0
28	Выбивание мяча ударом ногой. Тренировочные игры	1,0
29	Отбор мяча перехватом. Тренировочные игры	1,0

30	Подготовка в соревнованиям.	1,0
31	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Тренировочные игры	1,0
32	Техника ловли мяча вратаря. Тренировочные игры	1,0
33	Техника ловли мяча сверху в прыжке. Тренировочные игры	1,0
34	Отбивание мяча кулаком в прыжке. Техника вратаря. Тренировочные игры	1,0
35	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка. Тренировочные игры	1,0
36	Тактика свободного нападения. Тренировочные игры	1,0
	Итого	36

№	Тема	Количество часов
1	Техника безопасности при занятиях.	1,0
2	История возникновения футбола. Развитие футбола.	1,0
3	Учебно-диагностическая игра в футбол 7х7, 8х8	1,0
4	Перемещение футболиста.	1,0
5	Комбинация техники передвижений.	1,0
6	Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
7	Удар внутренней стороной стопы. Подготовка в соревнованиям.	1,0
8	Удар по неподвижному мячу.	1,0
9	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма.	1,0
10	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма	1,0
11	Учебно-тренировочная игра в футбол 7х7, 8х8	1,0
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1,0
13	Удар по летящему мячу серединой подъёма.	1,0
14	Удар по летящему мячу серединой лба.	1,0
15	Удар по летящему мячу боковой частью лба.	1,0
16	Соревновательная игра	1,0
17	Угловой удар. Отработка. Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
18	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1,0
19	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	1,0

20	Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
21	Соревнования СОК по мини-футболу 4х4	1,0
22	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	1,0
23	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы.Учебно-тренировочная игра 3х3, 4х4, 5х5	1,0
24	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1,0
25	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Тренировочные игры	1,0
26	Обманные движения. Финты. Тренировочные игры	1,0
27	Обводка с помощью обманных движений (финтов).Тренировочные игры	1,0
28	Выбивание мяча ударом ногой. Тренировочные игры	1,0
29	Отбор мяча перехватом. Тренировочные игры	1,0
30	Подготовка в соревнованиям.	1,0
31	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Тренировочные игры	1,0
32	Техника ловли мяча вратаря. Тренировочные игры	1,0
33	Техника ловли мяча сверху в прыжке. Тренировочные игры	1,0
34	Отбивание мяча кулаком в прыжке. Техника вратаря. Тренировочные игры	1,0
35	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка. Тренировочные игры	1,0
36	Тактика свободного нападения. Тренировочные игры	1,0

3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

I раздел. Основы знаний по футболу.

- Развитие футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира).

Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

- Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

- Строение и функции организма человека:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

- Профилактика травматизма при занятиях футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.
Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.
Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

II раздел. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- Стойка игрока.
- Перемещения в стойке приставными шагами боком.
- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», «восьмеркой»
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

III раздел. Техника ударов по мячу и остановок мяча.

- Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.
- Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).
- Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
-Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой.

-Остановка мяча грудью.
- Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
- Передача мяча партнеру.
- Ловля низколетящего мяча вратарем.

IV раздел. Техника ведения мяча.

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

V раздел. Техника защитных действий.

- Зонная защита.
- Персональная защита.
- Смешанная защита.
- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.
- Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.
- Игра вратаря – при ловле низких, полувысоких, высоких мячей.
- Перехват мяча.

VI раздел. Тактика и техника игры.

- Расстановка игроков на поле.
- Тактика свободного нападения.
- Тактические действия линий обороны и атаки:
а) индивидуальная тактика игрока;
б) коллективные тактические действия;
в) выбор места игрока;
г) создание численного перевеса при атаке;
д) отвлекающие действия игроков.
- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

VII раздел. Соревнования, правила соревнований.

- Основные правила соревнований по футболу.
- Судейство игр.
- Эстафеты с элементами футбола.

Техническая и тактическая подготовка.

Техническая подготовка.
Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.
Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков; ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота в ногу партнеру, на ход двигающемуся партнеру.
Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка, в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота партнеру.
Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящего и опускающего мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.
Ведение мяча. Ведение внутренней и внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой по прямой и по кругу, а также меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.
Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо и влево). Обманные движения, уход выпадом и перенос ноги через мяч. Финты ударом ногой с убиранием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропусканием мяча». Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тактика игры вратаря: Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом, скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону вратаря на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в ворота мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего мяча и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места, на месте. Ловля летящего в сторону на уровне живота. Груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной и двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Бросок мяча ногой: с земли 9 по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.
Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушпагат и шпагат) и в подкате.
Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тактическая подготовка.
Тактика нападения.
Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.
Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.
Групповые действия: Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно о своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую и среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.
Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношении опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар по мячу или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.
Групповые действия. Противодействие комбинаций «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.
Тактика вратаря. Уметь выбрать позицию в воротах при различных ударах в зависимости от « угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру

(после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Методы проведения занятий.

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

Формы подведения итогов.

- соревнования;
- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях города, района и школы.

В случае наличия нескольких групп в рамках одного учреждения дополнительного образования проводятся соревнования между группами. На первом году обучения основной формой подведения итогов является сдача нормативов, эстафеты с элементами футбола. На втором году обучения более используемой формой контроля являются соревнования.

Материальное оснащение:

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной 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.

5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога.

1. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987
2. Закон РФ « Об образовании»
3. Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16
8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.
: ФиС, 1980
9. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981
11. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986
13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984

Список литературы для детей.

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980
3. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981

Приложение 1

Критерии мониторинга развития обучающихся
по АДОП «Мир футбола»

№ п/п	**Критерии**	**Параметры мониторинга**	**Примечания**
1	Мотивация к занятиям физической культурой и спортом	- наличие спортивной формы в соответствии с видом спортивного занятия. - пропуски занятий без уважительной причины. - выполнение теоретических и практических заданий в соответствии со своими возможностями - знание и соблюдение правил	Каждый параметр оценивается от 0 до 5 баллов. Вид контроля – педагогическое наблюдение, выполнение тестовых теоретических заданий Максимальное кол-во баллов - 25

		безопасного поведения на занятиях - активность во взаимодействии с другими учащимися в игровой деятельности	
2	Физическая подготовленность	- демонстрация сдвигов в овладении умениями в области физической культуры; - в развитии морально-волевых качеств (способен прилагать усилия для достижения наилучшего результата); - навыков самостоятельных занятий (составляет комплексы упражнений различной направленности). - успешно сдаёт нормативы физической подготовленности своей возрастной группы	Каждый параметр оценивается от 0 до 5 баллов. Вид контроля – педагогическое наблюдение, выполнение контрольных двигательных действий (в рамках поощрения, если не достиг положенного норматива, но значительно улучшил показатель возможно начисление более высокого балла); составление комплексов упражнений. Максимальное кол-во баллов - 20
3	Спортивно-игровая деятельность	- применение в игровой деятельности освоенных двигательных умений и навыков; - знание и соблюдение правил игр; - активное участие в подготовке и проведении игр; - участие в спортивных мероприятиях школы - участие в спортивных соревнованиях	Каждый параметр оценивается от 0 до 5 баллов. Вид контроля – педагогическое наблюдение Максимальное кол-во баллов - 25

Приложение 2

Диагностическая карта развития обучающегося
по АДОП «Мир футбола»

Ф.И.О. обучающегося_____

Критерии	**Виды мониторинга**		
	Предварительный балл (сентябрь)	Промежуточный балл (декабрь)	Итоговый балл (май)
Мотивация к занятиям физической культурой и спортом			
Физическая подготовленность			
Спортивно-игровая деятельность			
Общий балл			
Показатель развития (Иб-Пб)			