

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА
ПО ФУТБОЛУ «ДИНАМО-ВОЛОГДА»**

ПРИНЯТА:

Педагогическим советом МАУДО СШОР по футболу «Динамо-Вологда»
Протокол № 02 от 13.02. 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУДО СШОР по футболу «Динамо-Вологда»

_____ О.В. Зыкова
«13» февраля 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА
«ФУТБОЛ»**

для спортивно-оздоровительной группы (СОГ)

Срок реализации: 1 год

г. Вологда, 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по виду спорта «Футбол» (далее Программа) для спортивно – оздоровительной группы (СОГ) МАУДО «СШОР по футболу «Динамо-Вологда» разработана на основе Дополнительной общеразвивающей программы по футболу, принятой на заседании педагогического совета.

Данная Программа предназначена для обучающихся в возрасте с 9 до 18 лет, с различным уровнем физической подготовки, имеющим допуск врача-педиатра для занятий футболом с согласия законных представителей (родителей).

Цель программы: обеспечить спортивно-оздоровительную работу с обучающимися, направленную на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами техники и тактики игры в футбол.

Для достижения поставленной цели необходимо решение следующих **задач:**

- привлечь максимально возможное количество детей и подростков к систематическим занятиям футболом;
- развить разностороннюю физическую и функциональную подготовку обучающихся с использованием средств различных видов упражнений общей физической подготовки, а также упражнений, включающих национальный региональный компонент;
- способствовать освоению основных технических элементов и навыков игры в футбол;
- развить творческое мышление обучающихся средствами вида спорта «Футбол»;
- обеспечить физическое и нравственное оздоровление воспитанников;
- воспитать спортивное трудолюбие;
- выявить перспективных детей и подростков для последующего обучения, и совершенствования их спортивного мастерства.

Срок реализации программы: 2023-24 учебный год.

В течении данного учебного года прохождение учебного материала предусматривает **обучение с применением дистанционных образовательных технологий.**

При обучении используются следующие **методы** обучения и тренировки:

- фронтальный метод обучения;
- метод круговой тренировки;
- словесный метод;
- метод непосредственной наглядности;
- метод целостного упражнения;
- повторный метод;
- игровой метод;
- соревновательный метод.

Основной формой учебно-тренировочной работы на данном этапе являются:

- групповые занятия по расписанию;
- участие в соревнованиях;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа видеозаписей);

Учебно-тренировочные занятия проводятся на базе МАУДО «СШОР по футболу «Динамо-Вологда», согласно расписанию: 3 раза в неделю по 2 академических часа.

Кроме организованных учебно-тренировочных занятий, обучающиеся самостоятельно выполняют индивидуальные задания по совершенствованию своей физической и специальной подготовленности.

В соответствии со спецификой и особенностями содержания, Программа включает в себя следующие предметные области, характерные для базового уровня подготовки:

1. Обязательные предметные области:

- теоретические основы физической культуры и спорта;
- общая физическая подготовка;

➤ вид спорта.

2. Вариативные предметные области:

➤ различные виды спорта и подвижные игры;

Программное содержание обеспечивает:

➤ обучение базовой технике игре в футбол: передвижения, остановки, повороты и прыжки, удары по мячу, остановки мяча, ведение, финты, вбрасывание, отбор мяча, а также специфические технические приемы, применяемые в игре вратарем;

➤ развитие у обучающихся специфические для футбола физические качества: быстроту движений, скоростно-силовую выносливость, силу, ловкость, гибкость, координацию движений.

➤ совершенствование скорости и точности реакции футболистов на внутренние и внешние раздражители;

➤ формирование правильного представления о роли общей физической подготовки для технического совершенствования и здоровья.

➤ воспитание интереса к занятиям футболом, организованность и дисциплинированность.

Организационно-методические особенности данной Программы характеризуются основной направленностью обучения гармоничного развития физических способностей и укрепления здоровья обучающихся, а также выявления игровых способностей детей для дальнейшего обучения в МАУДО «СШОР по футболу «Динамо-Вологда».

Необходимо строго нормировать физические нагрузки, уделять должное внимание освоению техники футбола, а также элементарным умениям и навыкам в игре.

Результатом освоения данной Программы является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

В предметной области **«Теоретические основы физической культуры и спорта»:**

➤ знание истории развития спорта;

➤ знания, умения и навыки гигиены;

➤ знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;

➤ знание основ здорового питания;

➤ формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

В предметной области **«Общая физическая подготовка»:**

➤ укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;

➤ повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической подготовки;

➤ развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий футболом;

➤ формирование двигательных умений и навыков;

➤ освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений;

➤ формирование социально-значимых качеств личности;

➤ получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);

➤ приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

В предметной области **«Футбол»:**

➤ развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой футбола;

➤ овладение основами техники и тактики футбола;

➤ освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;

- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок;
 - знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в футболе;
 - знание требований техники безопасности при занятиях футболом;
 - приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях;
 - знание основ судейства футбола.
- В предметной области **«Развитие творческого мышления»:**
- развитие изобретательности и логического мышления;
 - развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи;
 - развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия.

1.1 Направленность и актуальность программы

Нормативно-правовое обеспечение программы:

- Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 06.03.2022) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации";
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г.
- № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения в области физической культуры и спорта ФГБУ «ФЦОМОФВ» от 26.05.2021 г.;
- Письмо Минпросвещения России от 31.01.2022 N ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий").

Актуальность программы по футболу заключается в том, что в нашей стране, области и городе особое внимание уделяется формированию здорового образа жизни у подрастающего поколения, их физического развития и физической подготовленности. Футбол принадлежит к группе спортивных игр, которые в свою очередь, по своему комплексному воздействию можно считать одними из самых сильных и действенных средств полноценного развития детей.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что:

- предварительная подготовка детей к занятиям не имеет значения, и в одной группе могут обучаться разновозрастные дети;
- формирование необходимых знаний, умений и навыков происходит во время обучения;
 - в процессе обучения реализуется дифференцированный подход;
 - учитываются возрастные и индивидуальные особенности и склонности каждого ребенка для более успешного творческого развития.

Содержание программы может ежегодно незначительно корректироваться в зависимости от условий реализации.

Основополагающие принципы программы:

- комплексность - предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической и теоретической подготовки, воспитательной работы, педагогического и медицинского контроля);
- преемственность - определяет последовательность изложения программного материала и соответствия его возрастным требованиям обучающихся, чтобы обеспечить рост показателей уровня физической и технико-тактической подготовленности;
- вариативность - предусматривает, в зависимости от индивидуальных особенностей юного спортсмена, включение в тренировочный план разнообразного набора тренировочных средств и изменения нагрузок для решения одной или нескольких задач физической подготовки.

1.2 Адресат программы

На спортивно-оздоровительный этап подготовки зачисляются учащиеся общеобразовательных школ от 7 до 18 лет без специального отбора, при отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья и по заявлению родителей (законных представителей). Группы могут быть смешанными или формируются с учетом гендерной принадлежности обучающихся. Разница в возрасте детей в группе не должна превышать более 2 лет.

Количественный состав группы – 15-25 человек.

Дополнительный набор в группы осуществляется в течение учебного года при наличии свободных мест.

1.3 Формы организации занятий и режим реализации программы

Формы организации занятий

Формы обучения: очная; дистанционная (при объявлении карантинного режима, других мероприятий, влекущих за собой приостановление учебно-тренировочных занятий).

Формы организации деятельности обучающихся на занятии; групповая; индивидуальная; фронтальная – по подгруппам.

Тип занятий: комбинированный, теоретический, контрольный, тренировочный, игровой.

Формы проведения занятий: беседа; мастер-класс; встреча матчевая (товарищеская); учебно-тренировочное занятие; учебная игра; спортивные конкурсы; отчетное занятие.

Методы обучения, в основе которых лежит способ организации занятий:

- словесный (устное изложение, рассказ, беседа, объяснение, анализ);
- наглядный (показ, демонстрация видеоматериалов, показ тренером-преподавателем приемов исполнения);
- практический (тренировочные упражнения, игра и т.д.).

Режим занятий

Занятия проводятся в групповой форме в соответствии с утвержденным расписанием. Расписание составляется с учётом наиболее благоприятного режима тренировочных занятий и отдыха обучающихся, их возрастных особенностей, возможностей использования спортивных объектов.

Закончив обучение в спортивно-оздоровительной группе, желающие могут повторно продолжить заниматься в этой же группе на следующий год.

В период обучения тренер ведет наблюдение за поведением и деятельностью детей при выполнении различных упражнений и участии в подвижных играх, отслеживает уровень освоения основ техники футбола, выявляет перспективных детей для перевода на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки.

1.4 Сроки реализации программы

Срок обучения программе для спортивно-оздоровительных групп один год в общем объеме 276 часов, 46 учебных недель.

Тренировочный процесс в учреждении начинается с 1 сентября. Группы начинают работать по мере комплектования, но не позднее 15 сентября. В летнее каникулярное время возможно продолжение занятий в условиях профильного спортивно-оздоровительного лагеря.

1.5 Ожидаемые результаты

Ожидаемые результаты:

- укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
- интерес к систематическим занятиям футболом;
- овладение основами футбола;
- переход одаренных детей на обучение в группы начальной подготовки по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»
- соблюдение спортивной этики, дисциплины. Образовательные (предметные):
- владение теоретическими и практическими навыками игры в футбол;
- знание технических приёмов игры в футбол;
- владение тактическими действиями в нападении и защите;
- осуществление правильных двигательных действий в условиях соревновательной деятельности;

Личностные:

- проявление и применение своих физических качеств и индивидуальных спортивных способностей: ловкости, силы, скорости, выносливости;
- ведение здорового образа жизни;
- активное взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

Метапредметные:

- проявление устойчивого интереса и стойкого положительного отношения к физической культуре в целом;
- потребность в регулярных занятиях футболом;
- проявление личных способностей и коммуникативных навыков в условиях повседневной жизни.

1.6 Формы контроля и подведения итогов обучения

Контроль подготовки футболистов определяет эффективность тренировочной работы в спортивной школе. Входной, текущий и итоговый контроль позволяет отслеживать динамику роста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся и уровень освоения основ техники футбола в группах спортивно-оздоровительного этапа.

В начале учебного года тренер-преподаватель проводит в форме игры различные эстафеты, в ходе которых оценивает двигательные способности детей, а также в форме соревнований осуществляет прием контрольных нормативов по следующим тестам: бег на 30 м, челночный бег, прыжок в длину с места.

В течение учебного года тренер-преподаватель осуществляет без установления отметок текущий контроль.

В качестве результатов текущего контроля анализируются следующие показатели:

- уровень посещаемости учебно-тренировочных занятий;
- количество тренировочных дней, занятий;
- уровень освоения материала учебной программы, выраженный в выполняемых объемах учебно-тренировочной нагрузки в период обучения.

Контроль освоения учащимися материала учебной программы осуществляется систематически тренерами-преподавателями и отражается в «Журнале учета групповых занятий».

Выполнение программных требований (итоговая аттестация), выраженных в количественных показателях физической подготовки носит главным образом контролирующий характер. В комплексном зачете учитываются в целом все результаты (более высокие в одних нормативах в известной мере компенсируют более низкие в других).

Положительной динамикой считается увеличение индивидуальных показателей на протяжении учебного года.

Контроль подготовки футболистов на спортивно-оздоровительном этапе позволяет осуществить отбор одаренных детей с последующим переводом на обучение по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки.

Способы проверки освоения программы:

- повседневное систематическое наблюдение;
- участие в спортивных конкурсах, матчевых (товарищеских) встречах;
- открытые занятия;
- сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке (тестирование).

Формы подведения итогов реализации общеразвивающей программы:

- выполнения контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке;
- итоговые контрольные игры по футболу.
- Формы и способы фиксации итоговых результатов:
- протоколы контрольных нормативов.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование раздела	Кол-во часов 1 год
1	Общая физическая подготовка	47
2	Медицинские мероприятия	1
3	Техническая подготовка	121
4	Интегральная подготовка	79
5	Тактическая, теоретическая подготовка	12
6	Восстановительные мероприятия	8
	Всего	268

Распределение времени в учебном плане на основные разделы осуществляется в соответствии с предметными областями. Учебно-тренировочные занятия на данном этапе проводятся в соответствии с годовым учебным планом, согласно расписанию (Таблица 2), из расчета 46 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы (6 часов в неделю). Наполняемость группы – 15 человек.

2.1. План – график распределения часов группы 1 года на учебный год

Таблица 2

Тренировочный план СОГ. 6 часов в неделю. На 2023 год.

	январь	февраль	март	апрель	май	июнь	июль	август	сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	всего
Общая физическая подготовка	13	14	12	5	3								47
Медицинские мероприятия	1												1
Техническая подготовка	12	12	12	10	10	13	4		13	10	13	12	121
Интегральная подготовка				9	9	9	4		12	12	12	12	79
Тактическая, теоретическая подготовка			2	2	2				1	2	1	2	12
Восстановительные мероприятия					2	4				2			8
* данные в часах	26	26	26	26	26	26	8		26	26	26	26	268
Количество игр													

Ключевой формой работы с детьми на данном этапе и ведущим видом деятельности является игра. В игре, как правило, реализуются основные части содержания многих образовательных областей.

3. ЗАДАЧИ И СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ

Учебно-тренировочный процесс представляет собой модель замкнутой цепи, которая является средством для одновременной отработки нескольких различных упражнений. Преимущество игроков заключается в том, что они могут работать в маленьких группах, у них большое количество контактов с мячом и они могут многократно повторять и отрабатывать во время игры различные приемы игры в футбол.

Четыре задачи игры, которые выступают на первый план в этой модели:

- нацеленность на ворота;
- забивание голов и защита ворот;
- ведение мяча и перехват (индивидуальное ведение мяча);
- совместное ведение мяча и перехват (совместное ведение мяча).

Преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса на данном этапе определяться с учётом сенситивных периодов развития физических качеств и соразмерности нагрузок и всесторонности воздействия на организм.

3.1. Теоретические основы физической культуры и спорта

Цель и основное содержание данной предметной области Программы определяются необходимостью приобретения спортсменами определенного минимума знаний для понимания сущности спорта, тренировочного процесса, требований для безопасного его осуществления. Теоретическая подготовка проводится в лекционной форме и самостоятельным изучением тем, с учетом возраста занимающихся и излагается материал в доступной форме (Таблица 4).

Учебный план по теоретической подготовке

Таблица 4

№	Наименование предметных областей	IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI	Всего
	Теоретические основы физической культуры и спорта	1	2	1	2			2	2	2		12
1	Физическая культура и спорт в России	1										1
	Массовые виды спорта, их развитие в Российской Федерации. Инструктаж по технике безопасности на занятиях футболом.	*										
2	Развитие футбола в РФ, РС(Я) и за рубежом		1									1
	История возникновения футбола, краткая характеристика футбола как средства физического воспитания.		*									
3	Воспитание нравственных и волевых качеств		1									1
	Формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений.		*									
	Воспитание чувства ответственности перед коллективом		*									

4	Гигиенические знания и навыки. Профилактика простудных заболеваний. Закаливание. Режим и питание спортсмена.			1				1				2
	Общее понятие о гигиене. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий футболом.			*				*				
	Профилактика простудных заболеваний. Основы закаливания.			*								
	Значение питания как фактора борьбы за здоровье. Понятие ЖБУ, примерные суточные пищевые нормы футболистов.							*				
5	Профилактика травматизма в спорте. Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи							1	1	1		3
	Причины травм и их профилактика применительно к занятиям футболом.								*	*		
	Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях футболом.								*			
	Оказание первой помощи до врача.							*				
6	Основы техники и тактики игры в футбол.			1					1			2
	Высокая техника владения мячом – основа спортивного мастерства.								*			
	Классификация и терминология технических приемов.			*					*			
7	Правила игры. Организация и проведение соревнований.			1						1		2
	Права и обязанности игроков			*								
	Требования, предъявляемые к организации и проведению соревнований									*		

3.2. Программный материал для практических занятий

Предметная область «Общая физическая подготовка»

Комплексы общеразвивающих упражнений, направленные на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости. Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты, выносливости. Эстафеты и прыжковые способности и быстроты. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.

Общеразвивающие упражнения без предметов:

- упражнения для рук и плечевого пояса;
- сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведения и приведения, рывки;
- упражнения выполняются на месте и в движении;
- упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях;
- упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями;
- упражнение с сопротивлением: упражнения в парах-повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнером, переносы партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Легкоатлетические упражнения:

- бег на 30,60,100,400м;
- кроссы от 1000 до 3000 м (в зависимости от возраста);
- 6-минутный и 12-минутный бег;
- прыжки в длину с места;
- тройной прыжок с места и с разбега;
- много-скоки;
- пятикратный прыжок с места.

2. Предметная область «Вид спорта»

Техника передвижения:

- различные сочетания приёмов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Удары по мячу ногой:

- удары внешней, внутренней, средней частями подъёма, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полу-лёта. Удары правой и левой ногой.

- выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведение и рывков на короткое, среднее и дальнее расстояние (с различным направлением и траекторией полёта). Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением.

Удары по мячу головой:

- удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу.

- Удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние.

- Удары головой в единоборстве и активным сопротивлением.

Остановка мяча:

- Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего с переводом. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом.

- Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений, на высокой скорости с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча:

- ведение средней и внешней частями подъёма, носком и внутренней стороной стопы.

- ведение всеми изученными способами с увеличением скорости, с выполнением рывков и одновременно контролируя мяч, с обводкой движущихся и противодействующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения (финты):

- обманные движения, уход выпадом и переносом ноги через мяч.

- финты ударом ногой с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнёру, «ударом головой».

- обманные движения «с остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча».

- выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Отбор мяча:

- отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полу-шпагат и шпагат) и в подкате.

Вбрасывание мяча:

- вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега.

- вбрасывание мяча на точность и дальность.

Техника игры вратаря:

- ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку катящихся и летящих с различной скоростью и траекторией полета мячей.

- Ловля на месте, в движении, в прыжке, без падения и с падением.

- Ловля мячей на выходе.

- Отбивание ладонями и пальцами мячей, катящихся и летящих в стороне от вратаря без падения и с падением.

- Отбивка мяча кулаком на выходе, без прыжка и в прыжке.

- Перевод мяча через перекладину ладонями (двумя, одной) в прыжке.

- Броски мяча одной рукой сверху, снизу на точность и дальность.

- Выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тактическая подготовка

Тактика падения:

Индивидуальные действия:

- Оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча.

- Эффективное использование изученных технических приемов.

- Способы и разновидности решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия:

- Взаимодействие с партнерами равном соотношении и численном превосходстве соперника.

- Используя короткие и средние передачи.

- Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание».

- Комбинация «пропуск мяча».

- Умение начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия:

- Выполнение основных обязанностей в атаке на своем игровом месте.

- Согласно избранной тактической системе в составе команды.

- Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тактика защиты:

Индивидуальные действия:

-Противодействие маневрированию, т.е. осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча.

-Совершенствование в «перехвате».

-Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки.

-Противодействие передаче ведению и удару по воротам.

Групповые действия:

-Взаимодействие в обороне при разном соотношении сил и при численном преимуществе соперника.

-Осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера.

-Организация противодействия комбинациям «стенки», «скрещивание», «пропуск мяча».

-Взаимодействия в обороне при выполнении противником стандартных «комбинаций».

-Организация и построение «стенки».

-Комбинация с участием вратаря.

Командные действия:

-Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте.

-Согласно избранной тактической системе в составе команды.

-Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты.

-Выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика вратаря:

-Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.

-Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей.

-Указания партнерам по обороне, как занять правильную позицию;

-Выполнение с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот;

-Введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру.

Учебные и тренировочные игры:

-обязательное применение в играх изученного программного материала по технической и тактической подготовке.

3. Предметная область «Различные виды спорта и подвижные игры»

Подвижные игры и эстафеты:

- игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию;

- 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.

Спортивные игры:

- ручной мяч; баскетбол; волейбол.

4. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

На протяжении всего учебно-тренировочного процесса тренер-преподаватель формирует у занимающихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера-преподавателя;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр соревнований (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- экскурсии, культпоходы в театры и на выставки;
- тематические диспуты и беседы;
- трудовые сборы и субботники.

5. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Костюнина Л. И. Формирование творческого мышления будущих специалистов по физической культуре на основе реализации курса профессиональной спортивной подготовки. // Интеграция инновационных систем и технологий в процесс физического воспитания молодежи: VIII-ая Всероссийская научно-практическая конференция: сборник научных трудов. Ульяновск: УлГТУ, 2018. С. 123 – 127.

2. Кудяшев Н. Х. Техническая подготовка юных футболистов на начальном этапе обучения: автореф. дис. канд. пед. наук. Набережные Челны, 2011. 25 с.

3. Неверкович С. Д. Методика проведения и структура организационно-обучающих игр. // Теория и практика физической культуры. 1988. № 1. С. 12 – 17.

4. Николаенко В. В. Тренировочный процесс в системе многолетней подготовки юных футболистов: сравнительный анализ. // Научный журнал НПУ имени М. П. Драгоманова. Серия № 15: Научно-педагогические проблемы физической культуры (Физическая культура и спорт). Киев: НПУ имени М. П. Драгоманова, 2014. Вып. 3 (46). № 14. С. 51 – 58.

5. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (Российский футбольный союз). М.: Советский спорт, 2011. 160 с.

6. Яровой С.М. Возможности подготовки юных футболистов на основе учета разносторонности технико-тактических действий// М, 2017. - №29.

<https://yandex.ru/video/> - Учимся играть в футбол

https://vk.com/wall-123425571_68 - Упражнения для начинающих футболистов

<http://dokaball.com.ua/trenirovki-i-videouroki/919-sredstva-i-metody-obucheniya-igriv-futbol> -