

Отдел образования администрации Мордовского района Тамбовской области

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская юношеская спортивная школа»

Рассмотрена и рекомендована к
утверждению на заседании
педагогического совета
МБУ ДО ДЮСШ
Протокол от «26» августа 2020 г. №5



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО ДЮСШ

 А.А. Печёнкин

приказ от 27.08.2020 г. №49

Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно – спортивной направленности
«Футбол»

Возраст учащихся по программе ДО: 7 – 9 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень освоения: Ознакомительный

Разработчики:

В.Н. Шабанов - зам. директора по УВР;

А.А. Малахов – тренер –преподаватель;

А.А. Иноземцев – тренер – преподаватель.

Рецензенты: А.А. Печёнкин - директор МБУ ДО ДЮСШ

р.п. Мордово 2020 г.

Информационная карта

1. Учреждение - Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детская юношеская спортивная школа»
2. Полное название программы – дополнительная общеразвивающая программа физкультурно – спортивной направленности «Футбол».
3. Ф.И.О., должность автора - Шабанов Валерий Николаевич – заместитель директора по УВР, Малахов Александр Александрович – тренер – преподаватель, Иноземцев Андрей Александрович – тренер-преподаватель.
4. Сведения о программе:
 - 4.1. Нормативная база:

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «Футбол» (далее Программа) муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детская юношеская спортивная школа» (далее ДЮСШ) разработана на основании:

 - Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
 - Письма Министерства спорта Российской Федерации от 12.05.2014 г. №ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».
 - 4.2. Область применения: дополнительное образование детей
 - 4.3. Направленность: физкультурно-спортивная
 - 4.4. Тип программы: дополнительная общеразвивающая
 - 4.5. Вид программы: модифицированная
 - 4.6. Возраст обучающихся: 7-9 лет
 - 4.7. Продолжительность обучения: 1 год
 - 4.8. Уровень освоения: ознакомительный
5. Рецензенты и авторы отзывов: директор МБУ ДО ДЮСШ Печёнкин А.А.
6. Заключение педагогического совета: Протокол заседания от 26.08.2020 года №5.

Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы»

1.1. Пояснительная записка

Футбол — командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника.

Основные функции Программы – физическое образование.

Данная программа ориентирована на формирование у учащихся знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта.

Направленность (профиль) программы — физкультурно-спортивная.

Актуальность программы определяется запросом со стороны учащихся и их родителей на программы физкультурно-спортивного развития младших школьников. Программа позволяет ознакомить учащихся с многообразием физических упражнений, позволяющих наиболее успешно решать задачи начального физического воспитания, когда закладывается основа для развития двигательных способностей и всех систем организма детей.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью приобщения учащихся к одному из самых популярных видов спорта в Мире и Тамбовской области, через физические упражнения и тренировки.

Отличительной особенностью программы заключается в том, что с введением в образовательных организациях ВФСК «ГТО», который предусматривает сдачу учащимися контрольных нормативов, предусмотрено уделить большее количество учебных часов на совершенствование навыков и умений, развивая быстроту, силу, ловкость, выносливость, гибкость повысить общую физическую подготовку.

Адресат программы

Программа адресована детям от 7 до 9 лет

Условия набора учащихся

Для обучения принимаются все желающие, прошедшие медицинское освидетельствование и не имеющие медицинского противопоказания.

Количество учащихся

Количество учащихся, занимающихся по данной программе, 12-15 человек.

Объем и срок освоения программы

Данная программа рассчитана на 1 год обучения, имеет ознакомительный уровень освоения, состоит из теоретической и практической частей.

Состав группы: постоянный или из вновь зачисленных.

Формы и режим занятий.

Программа адресована детям младшего школьного возраста и рассчитана на 1 год обучения:

1 год-312 часов, занятия по 2 часа (45мин+45мин. с перерывом) 3 раза в неделю;

Методические условия реализации программы

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части.

Организационная часть обеспечивает наличие всех необходимых для работы материалов и иллюстраций.

Теоретическая часть занятий при работе является максимально компактной и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

Программа предусматривает следующие формы занятий: индивидуальная, групповая.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи реализации Программы:

Обучающие:

- дать базовые знания в области физической культуры и спорта, познакомить с основами техники выполнения упражнений и общей спортивной терминологией;

- познакомить с лучшими традициями олимпийского движения;

- овладеть навыками индивидуальных занятий физкультурой и спортом;

- дать базовые сведения о правилах соревнований по футболу;

- дать основы знаний по технике безопасности на занятиях футболом.

Развивающие:

- создать необходимые условия для самовыражения и самореализации учащихся;

- развивать у учащихся потребность в занятиях физкультурой и спортом, внимание, творческие способности;

- формирование устойчивой мотивации.

Воспитательные:

- воспитать у учащихся потребность к занятиям физкультурой и спортом;
- формировать умение объективно оценивать спортивные результаты своей деятельности;
- воспитать чувство коллективизма и трудолюбия.

Методы организации и проведения образовательного процесса.

Словесные методы:

- описание;
- объяснение;
- рассказ;
- разбор;
- указание;
- команды и распоряжения;
- подсчёт.

Наглядные методы:

- показ упражнений и технику приёмов;
- использование учебных наглядных пособий;
- видеофильмы, DVD, слайды;
- жестикуляции.

Практические методы:

- метод упражнений;
- метод разучивания по частям;
- метод разучивания в целом;
- соревновательный метод;
- игровой метод;
- непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Основные средства обучения:

- упражнения для изучения техники, тактики легкой атлетики и совершенствование в ней;
- общефизические упражнения;
- специальные физические упражнения;
- игровая практика.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел 1. Теория и методика физической культуры и спорта	8	8	-	собеседование
2.	Раздел 2. Физическая подготовка	131	-	131	практическое выполнение
2.1.	Общая физическая подготовка	102	-	102	практическое выполнение
2.2.	Специальная физическая подготовка	29	-	29	практическое выполнение
3.	Раздел 3. Избранный вид спорта	100	-	90	практическое выполнение
3.1.	Технико-тактическая подготовка	60	-	60	практическое выполнение, собеседование
3.2.	Психологическая подготовка	26	10	16	собеседование
3.3.	Промежуточная и итоговая аттестация	8	-	8	Челночный бег 3 x 10 м, прыжок в длину с места, подтягивание на высокой перекладине, прыжок в длину с разбега
3.4.	Участие в соревнованиях	6	-	6	практическое выполнение
4.	Раздел 4. Самостоятельная работа	16	-	16	практическое выполнение

5.	Раздел 5. Другие виды спорта и подвижные игры	51	-	51	практическое выполнение
6.	Раздел 6. Итоговый контроль	6	-	6	просмотр родителями учебных игр и соревнований по футболу
ИТОГО:		312	18	294	

1.4. Содержание программы.

Раздел 1. Теория и методика физической культуры и спорта

Теория: Правила поведения в спортивном зале и на открытых спортивных сооружениях. История развития футбола как вида спорта. Правила использования спортивного инвентаря. Спортивный травматизм и меры его предупреждения. Врачебный контроль и самоконтроль на занятиях футболом. Основы техники и тактики в футболе. Правила соревнований по футболу.

Раздел 2. Физическая подготовка

2.1. Общая физическая подготовка

Практика: Строевые упражнения. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи и туловища. Упражнения для мышц ног. Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. Легкоатлетические упражнения.

2.2. Специальная физическая подготовка

Практика: Бег с остановками и изменением направления. Бег под уклон 3-5°. Рывки на 5-10 м. из различных исходных положений. Повторный бег по дистанции от 20 до 40 м. со старта и с хода с максимальной скоростью.

Челночный бег на 5, 8 и 10 м. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом в цель. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Повторный бег с ведением мяча. Кроссы с переменной скоростью. Учебные игры.

Раздел 3. Избранный вид спорта

3.1. Техничко-тактическая подготовка

Практика: Техника передвижения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Удары по мячу на точность. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия: правильное расположение на футбольном поле, умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнеров и соперника, оценивать целесообразности той или иной позиции, занятие выгодной позиции для получения мяча.

Использование изученных технических приёмов. В зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия: уметь выполнять комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободных ударах, сбрасывание мяча, взаимодействие партнеров, 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 при 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: осуществлять «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча, выбор момента для перехвата мяча, противодействие передаче и удары по воротам.

Групповые действия: взаимодействие игроков в обороне при розыгрыше соперником «стандартной» комбинации, осуществлять правильный выбор позиции и страховки партнера. Организации противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Комбинации с участием вратаря.

Командные действия: выполнение основных обязательных действий в

обороне на своем игровом месте, организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты, выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке соперника флангом и через центр.

3.2. Психологическая подготовка

Теория: Формирование специфических морально-психических качеств: устойчивый интерес к спорту, дисциплинированность при соблюдении тренировочного режима, чувство долга перед тренером и коллективом, чувство ответственности за выполнение плана - подготовки и результаты выступления в соревнованиях. Воспитание волевых черт, проявляемых при соблюдении тренировочного режима, а также в соревнованиях. Моделирование соревновательных и предсоревновательных стрессовых ситуаций. Психическая готовность учащегося, уверенность в своих силах, стремление к обязательной победе, оптимальный уровень эмоционального возбуждения, устойчивость к влиянию внутренних и внешних помех. Формирование волевых черт характера, улучшение взаимодействия в команде, развитие оперативного мышления и памяти, специализированных восприятий, создании общей психической подготовленности к соревнованиям.

Практика: Участие в муниципальных и региональных соревнованиях.

3.3. Промежуточная и итоговая аттестация

Практика: Челночный бег 3 x 10 м, прыжок в длину с места, подтягивание на высокой перекладине, прыжок в длину с разбега, бег 30 м.

3.4. Участие в соревнованиях

Практика: Участие в соревнованиях внутри группы, в группах, в муниципальных и региональных, школьной спартакиаде.

Раздел 4. Самостоятельная работа

Теория: Изучение методической литературы по футболу.

Практика: Выполнение утренней зарядки, бег на средние и длинные дистанции, бег по виражу, бег с низкого и высокого старта, бег при выходе с поворота на прямую. Прыжки в длину с места, челночный бег, индивидуальная работа с мячом: удары на дальность, точность, жонглирование мячом, остановка мяча, изученными способами.

Раздел 5. Другие виды спорта и подвижные игры

Практика: Гимнастика. Упражнения на гимнастических снарядах.

Различные упражнения на гимнастической стенке, индивидуальные и парные. То же на гимнастической скамейке. Групповые упражнения с гимнастическими скамейками. Упражнения в равновесии и в сопротивлении, лазании по канату, шесту, лестнице, в перелазании, подтягивании. Упражнения с гимнастической палкой, скакалкой.

Акробатические упражнения. Различные кувырки: вперед, назад, боком, стойка на лопатках, стойки на голове и руках, мостик из стойки на голове и на руках, переход в мостик, «полушпагат» и «шпагат» напрыгивание на гимнастический мостик с прыжком вверх, прыжки вверх с трамплина без поворота и с поворотом на 180 гр. и 360 гр.

Настольный теннис. Правильно держать ракетку, основная стойка игрока, низкое и высокое жонглирование, выполнять подачу без вращения, игра с партнером.

Баскетбол. Ведение мяча, ловля мяча двумя руками, передача мяча двумя руками от груди, после ловли на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте. Перемещение в стойке вперед, в стороны, назад, умение держать игрока с мячом и без мяча. Двусторонние игры по упрощенным правилам.

Подвижные игры и эстафеты. Различные подвижные игры, эстафеты с бегом, прыжками, метаниями, с переноской, расстановкой различных предметов, лазанием и перелазанием. Комбинированные эстафеты. Русская лапта.

Раздел 6. Итоговый контроль

Практика: просмотр родителями учебных игр и соревнований по футболу.

Планируемые результаты.

После обучения, учащиеся приобретают базовые знания в области физической культуры и спорта, знакомы с основами техники безопасности выполнения упражнений и общей спортивной терминологией, традициями олимпийского движения, владеют навыками индивидуальных занятий физкультурой и спортом. У учащихся формируется потребность в занятиях физкультурной и спортом. В процессе обучения, учащиеся умеют объективно оценивать спортивные результаты своей деятельности;

Блок №2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение программы:

Спортивный зал 24x12м;

Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная);

Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);

Комплект футбольных мячей (на команду);

Переносные футбольные ворота;

Воротные сетки;

Набивные мячи;

Скакалки;
Компрессор для накачки мячей;
Стойки и «пирамиды» для обводки;
Гимнастические маты;
Компьютер;
Видеоматериалы о технических приёмах в футболе

Методическое обеспечение:

учебные и тематические планы;
учебные общеразвивающие программы;
учебные пособия, планы-конспекты;
методические разработки;
материалы по индивидуальному сопровождению одаренных детей.

2.2. Формы аттестации

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проходит в формах:

итоговое занятие;
тестирование;
собеседование;
зачет.

2.3. Оценочные материалы

1. Промежуточная и итоговая аттестация.
2. Мониторинг физического развития и физической подготовленности.
3. Установление фактического уровня теоретических знаний.

2.4. Методические материалы

Протасова О.Н., Лысиков А.М., дополнительная общеобразовательная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта (футбол), 2017

Филатова Т.А., Филиппов А.В., дополнительная общеобразовательная программа в области физической культуры и спорта «Образовательная предпрофессиональная программа «ФУТБОЛ», 2015

Крюкова О.О., Сушков В.В., дополнительная предпрофессиональная программа «футбол», 2015

2.5. Список литературы

Для педагогов:

1. В.Г. Фролов, Г.П. Юрко «Физкультурные занятия на воздухе с детьми дошкольного возраста» Изд – во «Просвещение». Москва 1983

2. Под общей редакцией В.И. Козловского перевод статей венгерских авторов Б. Вирцер «Подготовка футболистов» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1977

3. Н.В. Зимкин «Физиологическая характеристика и методы определения выносливости в спорте» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1972

4. В.Ю. Верхошанский «Основы специальной физической подготовки в спорте» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1977

5. А.О. Романов «Учебник спортсмена» Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1964

М.Г. Каменцер «Спортшкола в школе». Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1985

6. С.Н. Андреев «Играй в мини- футбол» Изд – во « Советский спорт» Москва 1989

К. Гриндлер, Х. Пальке, Х. Хеммо «Техническая и тактическая подготовка футболистов» Изд – во: «Физкультура и спорт». Москва 1976

7. А.П. Лаптев, А.А. Сучилина «Юный футболист» Изд – во: «Физкультура и спорт». Москва 1983

8. А. Исаев, Ю. Лукашин. «Футбол» Изд – во: «Физкультура и спорт». Москва 1967

9. Утверждена комитетом по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР «Футбол» программа для детско – юношеских школ

и специализированных детско – юношеских школ олимпийского резерва Изд – во: Москва 1977

<http://sportchkola.68edu.ru>

<http://sportschool.68edu.ru>

Для учащихся и родителей:

1. Г.С. Зонин «Особенности учебно-тренировочной работы с юными футболистами в процессе многолетней подготовки» Изд – во: Федерация футбола Татарстан 2003
2. Шон Грин «Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 5-8 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009
3. Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008
4. Фонд национальная академия футбола. Массимо Люкези «Обучение системе игры 4-3-3» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008
5. Фонд национальная академия футбола. Б.Г. Чирва «Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008
6. Фонд национальная академия футбола. Робин Джоунс, Том Трэнтер «Футбол. Тактика защиты и нападения» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008
7. Мартин Бидзинский «Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста». Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009
8. Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010
9. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом М., ФиС,1981
10. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>
11. Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>

Приложение 1

Методическое обеспечение

Раздел	Дидактический материал, техническое оснащение	Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса	Форма занятий	Форма контроля
1	2	3	4	5
Теоретическая подготовка	<ul style="list-style-type: none"> - фотографии; - рисунки; -учебные и методические пособия; -специальная литература; -учебно-методическая литература; - журналы; -научно-популярная литература; - оборудование и инвентарь. 	<ul style="list-style-type: none"> - сообщение новых знаний; - объяснение; - работа с учебно-методической литературой; -работа по фотографиям; -работа по рисункам; -работа по таблицам; -практический показ. 	<ul style="list-style-type: none"> - беседа; -просмотр фотографий, рисунков и таблиц, учебных видеофильмов - самостоятельное чтение специальной литературы; -практические занятия 	<ul style="list-style-type: none"> - участие в беседе; -краткий пересказ учебного материала; - семинары; -устный анализ к рисункам, фотографиям, фильмам.

Физическая подготовка	-учебные и методические пособия; -учебно-методическая литература.	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельны й показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- тренировочное занятие	контрольные нормативы по общей физической подготовке.
Избранный вид спорта	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия; -учебно-методическая литература.	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельны й показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- тренировочное занятие	Участие в соревнованиях
Самостоятельная работа	-учебно-методическая литература;	Беговые дорожки, тренажерный зал	Индивидуальные занятия	Тренировки
Другие виды спорта и подвижные игры	- инвентарь, методическая литература;	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельны	- контрольная тренировка; - соревнования;	контрольные нормативы по общей физической подготовке

	- учебные и методические пособия; - спортивные площадки	й показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- практическое обучение и совершенствование элементов упражнений.
--	--	---	---

Приложение 2

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятия
1	01.09	23.08	52	312	в соответствии с расписанием

Приложение 3

ЛЕТНЯЯ СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА.

В летний период для обучающихся ДЮСШ проводятся спортивно - оздоровительные лагеря дневного пребывания.

Основной задачей является:

- повышение общей физической подготовленности (кроссы, силовые упражнения, упражнения на гибкость),
- применение других видов спорта (баскетбола, ручного мяча, бадминтона, футбол, дартца, плавания, пляжный волейбол, пляжный футбол),
- закаливание (солнечные и воздушные ванны).

Приложение 4

ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ.

Общие требования безопасности

К проведению тренировочного занятия по футболу допускается тренер-преподаватель, прошедший ежегодную медицинскую комиссию и инструктаж по технике безопасности.

Опасные факторы:

- травмы при падении на скользком, твердом или неровном поле (покрытии);
- слабо закрепленные ворота, крючки для сетки;
- выполнение тренировочного задания без разминки.

Раздевалки и спортивный зал должны быть обеспечены огнетушителями и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

Правильная организация и проведение тренировочных занятий.

Последовательное и прочное освоение обучающимися технико-тактических действий и защитных приемов.

После проведения тренировочных занятий по футболу принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Требования безопасности перед началом занятий

Надеть спортивный костюм и спортивную обувь (кеды, бутсы, кроссовки).
Проверить санитарно-гигиенические условия в местах занятий.
Проверить исправность спортивного инвентаря и оборудования. Ворота, стойки, ограждения стен должны быть без острых углов.
Ознакомить обучающихся с правилами поведения и техникой безопасности во время проведения тренировочного занятия.
Проверить состояние здоровья обучающихся перед тренировкой.

Требования безопасности во время занятий

Правильное проведение разминки с соответствующей подготовкой мышечного и связочно-суставного аппаратов к работе.
Не выполнять технических действий без тренера-преподавателя, а также без страховки.
При занятиях на открытой площадке обеспечить условия, препятствующие переохлаждению дыхательных путей, т.е. при низкой температуре дышать через шарф, ватно-марлевую маску и т.д.
Во избежание травмы надкостницы проводить занятия в щитках, шипы должны соответствовать стандарту.
При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
При ударах по воротам не стоять на траектории полета мяча.
При использовании вспомогательных средств (стойки, малые ворота, барьеры) соблюдать меры предосторожности.
При силовых единоборствах контролировать правила игры в футбол.
Соблюдать дисциплину на занятиях.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать обучающихся из спортивного зала и сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть по телефону 01. Приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.
При получении обучающимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

Требования безопасности по окончании занятий

Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Приложение 5

Оценка эффективности реализации программы:

- состояние здоровья занимающихся;
- стабильность состава занимающихся, регулярность посещения ими тренировочных занятий;
- гармоничное развитие занимающихся;
- уровень освоения основ знаний в области гигиены и первой медицинской помощи, а также овладения теоретическими основами физической культуры и навыков самоконтроля.

Тренировочный процесс, согласно программе, ведется в соответствии с годовым учебным планом.

Приложение 6

Способы определения результативности.

Уровень общей физической подготовленности определяется при сдаче контрольных нормативов по ОФП и СФП, проводимых в начале и конце учебного года.

Критериями успешности обучения служат положительная динамика уровня общей физической подготовленности, определяемая по результатам мониторинга по ОФП и СФП и желание продолжить занятия футболом на следующем этапе подготовки.

СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ.

Требования к результатам освоения и условиям реализации Программы.

Педагогический контроль и оценка подготовленности футболистов являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации педагоги должны использовать следующие виды контроля:

- этапный,
- текущий,
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода тренировочных воздействий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль даёт возможность оценить состояние занимающихся в течение дня.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности юных футболистов на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения применяется педагогами в качестве оперативного контроля. В процессе работы с футболистами педагоги осуществляют свои наблюдения постоянно. Это даёт им возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом учащимся. Например, для изучения и оценки индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе тренировочных занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы легкоатлетов на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, педагоги получают возможность вносить изменения в педагогические воздействия на учащихся.

После окончания курса обучения по данной Программе спортсмены, по желанию и согласно, требованиям к уровню подготовки, переходят на этап начальной подготовки дополнительной предпрофессиональной программы, являющийся очередным этапом многолетней подготовки.

Общими критериями оценки деятельности по общеразвивающей программе являются:

- состояние здоровья, уровень физической подготовленности учащихся;
- динамика роста уровня специальной физической и технико-тактической подготовленности учащихся в соответствии с индивидуальными особенностями;
- уровень освоения объёмов тренировочных нагрузок, предусмотренных Программой;
- показатели участия в соревнованиях.

Результатом реализации Программы является владение обучающимися уровнем знаний, умений и навыков соответствующим требованиям для обучения на этапе начальной подготовки дополнительной предпрофессиональной программы.

**Нормативные требования к оценке показателей по
общей и физической подготовке**

Вид норматива	Уровень оценки баллы	Возрастные группы		
		7	8	9
Бег 30 (СЕК)	5	5.6	5.5	5.4
	4	6.2	6.0	5.7
	3	7.3	7.0	6.7
	2	7.5	7.1	7.0
	1	7.7	7.4	7.2
Прыжок в длину с места	5	155	165	175
	4	135	145	150
	3	115	125	130
	2	100	110	120
	1	90	100	110
Подтягивание на высокой перекладине	5	4	5	6
	4	3	4	5
	3	2	3	4
	2	1	1	1
	1	0	0	0
Челночный 3x10 м (сек)	5	9.9	9.1	8.8
	4	10.3	9.5	9.3
	3	10.8	10.0	9.9
	2	11.2	10.4	10.2
	1	11.4	10.8	10.4