

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 452  
КОЛПИНСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

На Совете образовательного  
учреждения  
Протокол от 04.06.2024г. №6

СОГЛАСОВАНО

На Педагогическом  
совете  
Протокол от  
04.06.2024г. №9

Утверждаю

И.О. директора  
ГБОУ школы №452  
Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_ А.С.Коваленко  
от 04.06.2024г. №227

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

**"Футбол"**

Возраст обучающихся – 7-15 лет

Срок реализации – 3 года

Разработчик-  
Бондаренко Иван Анатольевич,  
педагог дополнительного образования

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе типовой образовательной программы по футболу для ГБОУ. В рабочей программе представлены основные разделы спортивной подготовки футболистов спортивно-оздоровительного этапа, изложенные на основе новейших данных в области теории физической культуры и спорта. Особое внимание уделяется планированию, построению и контролю процесса спортивной подготовки футболистов. Настоящая программа является дополнительной образовательной программой **физкультурно-спортивной направленности**. Срок реализации программы **3 года**.

Новизна и оригинальность программы состоит в том, что тренер формирует толерантность как личностное качество у детей на основе их группового взаимодействия.

В ходе занятий учащиеся взаимодействуют между собой, при этом происходит естественное усвоение ими основ толерантной культуры, как эффективной формы поведения в обществе. Вырабатываются такие важные качества, с точки зрения социализации ребенка, как: коммуникабельность, психологическая зоркость, наблюдательность. Повышается уровень самоконтроля эмоционального состояния учащихся в ходе взаимодействия тренировочного процесса. Развиваются творческие и организаторские способности, активность и самостоятельность детей в процессе взаимодействия между собой под руководством тренера.

Направленность : **физкультурно-спортивная**

Срок реализации программы : **3 года**

Уровень сложности : **общекультурный**

**Новизна** программы состоит в том, что тренер формирует толерантность как личностное качество у детей на основе их группового взаимодействия. В ходе занятий учащиеся взаимодействуют между собой, при этом происходит естественное усвоение ими основ толерантной культуры, как эффективной формы поведения в обществе. Вырабатываются такие важные качества, с точки зрения социализации ребенка, как: коммуникабельность, психологическая зоркость, наблюдательность. Повышается уровень самоконтроля эмоционального состояния учащихся в ходе взаимодействия тренировочного процесса. Развиваются творческие и организаторские способности, активность и самостоятельность детей в процессе взаимодействия между собой под руководством тренера.

### Актуальность программы

Футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. В условиях школы очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий мини-футболом. Широкая возможность вариативности нагрузки и ее направленности позволяют использовать футбол как рекреационное и реабилитационное средство в группах общей физической подготовки. В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности рабочая программа включает в себя три основных раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности); «Способы двигательной активности» (операционный компонент деятельности); «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

В разделе «Знания о физической культуре» представлены основные термины и понятия игры в футбол, история и роль в современном обществе. Также здесь раскрываются основные понятия подготовки, особенности организации и проведения занятий, изложены правила игры и основные требования техники безопасности.

Раздел «Способы двигательной активности» содержит задания, ориентированные на активное включение учащихся во внеурочные самостоятельные занятия физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя: организацию и проведение самостоятельных занятий с учетом индивидуальных особенностей физического развития и уровня подготовленности; соблюдение требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий, выбор инвентаря, одежды для занятий.

Раздел «Физическое совершенствование», ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья учащихся. Этот раздел включает в себя несколько направлений: «Физкультурно-оздоровительная деятельность» и «Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью». «Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья учащихся. В этом разделе изучаются оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью», направлена на физическое совершенствование обучающихся и включает в себя средства общей физической, тактической и технической подготовки игроков. Освоение учащимися выполнения основных ударов по мячу, техники передвижений, а так же технико-тактической направленности игровых действий в футболе.

«Спортивно-оздоровительная деятельность с соревновательной направленностью» включает в себя средства общей физической, технической, интегральной (игровой) подготовки учащихся. Учебные занятия строятся в соответствии с общими закономерностями построения занятия по физическому воспитанию. Эффективность занятий зависит от степени рациональной организации плотности занятий, оптимальной дозировки нагрузки, учёта индивидуальных особенностей учащихся.

С этой точки зрения упражнения с мячом, а так же обучение основам игры представляет особый интерес, т.к. в процессе занятий формируются жизненно важные двигательные умения и навыки, приобретаются специальные знания, воспитываются физические и морально - волевые качества. Программа раскрывает методические особенности обучения игре в общеобразовательном учреждении.

Образовательная программа разработана на идеи о том, что только непрерывная систематическая подготовка детей формирует интерес к такому виду спорта, как футбол, делает его устойчивым. При этом у детей создается привычка укреплять свое здоровье через двигательную активность.

### **Отличительные особенности программы**

Занятия в секции имеют свои особенности, отличаясь от уроков физкультуры в школе. Основное отличие заключается в самой природе объединения дополнительного образования - это добровольность, заинтересованность учащихся в получении знаний, а также возможность занятий для детей с различным уровнем начальной физической подготовленности, отсутствие конкурсного отбора для поступления в объединение. Ребята сами выбирают свой вид спорта и выполняют все, что требуется для его освоения. При этом если в спортивных школах основной целью является спортивный результат, то на занятиях в секции большое внимание уделяется комфортному

психологическому климату в коллективе, адаптации воспитанников с различным уровнем физической подготовки, а также развитию навыков самостоятельных занятий спортом, формированию потребности в движении.

В процессе занятий происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им. Соревновательный элемент способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Футбол позволяет выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Усвоение футбольного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья.

### **Адресат программы**

Примерный портрет учащегося:

- мальчики и девочки от 7 до 15 лет;
- физическое здоровье (I и II группы здоровья), нет медицинских противопоказаний

### **Объем и срок реализации программы**

Общее количество часов -504. Для освоения программы запланировано 3 года. Для первого года обучения – 72 часа, для второго и третьего года обучения – 216 часов.

### **Цель и задачи программы**

**Цель** – развитие физических способностей учащихся на основе формирования интереса к спорту в процессе занятий футболом.

#### **Обучающие задачи:**

- сформировать у учащихся систему теоретических знаний о здоровье человека, физической культуре, спорте, футболе;
- выработать у учащихся необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития;
- дать базовые знания, умения и навыки игры в футбол;
- научить совместному разбору игр, выработать навыки судейства футбола.

#### **Развивающие задачи:**

- развивать психофизические качества и способности учащихся;
- развивать у учащихся навыки самостоятельных занятий, умение организовать собственную тренировку.

#### **Воспитательные задачи:**

- воспитать у учащихся любовь к занятиям футболом, физической культурой и спортом;
- воспитать культуру здорового образа жизни, волевые и нравственные качества личности.

### **Условия реализации программы**

- условия набора в коллектив: принимаются все желающие;
- условия формирования групп: разновозрастные; допускается дополнительный набор учащихся на второй и последующий годы обучения; проводится отбор учащихся на втором и третьем году обучения в сформированную сборную команду школы на основе тестирования и личного наблюдения;
- количество детей в группе: на первом году обучения – 15 человек, на втором – 12 человек; на третьем – 10 человек;
- особенности организации образовательного процесса: 3 этапа прохождения программы; 1 этап – вводный; 2 этап – формирование базовой технической и тактической подготовки; 3 этап – совершенствование технической и тактической подготовки;
- формы проведения занятий: игра, соревнования, тренинг;
- формы организации деятельности учащихся на занятии:
  - ✓ фронтальная: беседа, показ, объяснение;
  - ✓ групповая: совместные действия, общение, взаимопомощь;
  - ✓ индивидуальная: отработка отдельных навыков.
- материально-техническое оснащение: спортивный зал; спортивная площадка; спортивный инвентарь:

1. Ворота футбольные – 2 штуки;
2. Мячи футбольные – 15 штук;
3. Гимнастическая стенка – 15 пролетов;
4. Гимнастические скамейки – 5 штук;
5. Скакалки – 15 штук;
6. Стойки для обводки – 15 штук;
7. Фишки – 15 штук;
8. Накидки – 15 штук;
9. Насосы ручные – 3 штуки.

### **Кадровое обеспечение программы**

Педагоги дополнительного образования.

### **Планируемые результаты освоения программы**

Данная рабочая программа направлена на достижение учащимися воспитательных, личностных, метапредметных и предметных результатов.

### **Воспитательные результаты:**

- Российская гражданская идентичность. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию на основе мотивации к обучению; готовность и способность к осознанному выбору профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

- Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам. Сформированность уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде.

- Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.

- Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах.

- Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни.

### **Личностные результаты:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

### **Метапредметные результаты:**

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

- обеспечивать защиту и сохранность рабочей обстановки во время занятий физической культурой;

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты:**

- планировать занятия специальными физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

- организовывать и проводить со сверстниками игры по мини-футболу и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований по мини-футболу;

- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять технические действия мини-футбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

- **Формы предоставления результатов:**

- Текущий контроль по итогам освоения тем-сдача тестов-нормативов, спортивные игры, урок-соревнование, тестирование.

- Промежуточный контроль – итоговые учебные соревнования.

- Участие в районных, городских, региональных, Всероссийских мероприятиях, соревнованиях.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

### Учебный план 1 года обучения

№ п./п.	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	6	5	1	Опросы, тесты
2	Общая физическая подготовка ОФП	14	3	11	Упражнения
3	Специальная физическая подготовка СФП	15	3	12	Упражнения
4	Изучение техники игры	26	6	20	Упражнения
5	Изучение тактики игры	5	1	4	Упражнения
6	Контрольные и итоговые занятия	6	-	6	Нормативы, тесты
Итого:		72	18	54	

### Учебный план 2 года обучения

№ п./п.	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	6	5	1	Опросы, тесты
2	Общая физическая подготовка ОФП	26	5	21	Упражнения
3	Специальная физическая подготовка СФП	18	3	15	Упражнения
4	Изучение и совершенствование техники игры	38	9	29	Упражнения
5	Изучение и совершенствование тактики игры	13	3	10	Упражнения
6	Контрольные и итоговые занятия	7	-	7	Нормативы, тесты
Итого:		108	25	83	

### Учебный план 3 года обучения

№ п./п.	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	26	24	2	Опросы, тесты
2	Общая физическая подготовка ОФП	44	8	36	Упражнения
3	Специальная физическая подготовка СФП	31	6	25	Упражнения
4	Изучение и совершенствование техники игры	76	15	61	Упражнения
5	Изучение и совершенствование тактики игры	25	5	20	Упражнения
6	Контрольные и итоговые занятия	14	-	14	Нормативы, тесты
Итого:		216	58	158	

### ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

#### ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

**Входной контроль** проводится в сентябре с целью выявления уровня знаний и умений, возможностей детей и определения природных физических качеств.

*Формы:*

- педагогическое наблюдение;
- выполнение заданий педагога;

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения материала программы и развития личностных качеств учащихся.

*Формы:*

- педагогическое наблюдение;
- выполнение тестовых заданий на знание терминологии, истории и правил игры;
- контрольные игры;

**Промежуточный контроль** предусмотрен 2 раза в год (декабрь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

*Формы:*

- выполнение тестовых заданий ОФП и СФП;
- выполнение тестовых заданий на знание терминологии, истории и правил игры;
- анализ участия коллектива и каждого учащегося в соревнованиях;

Результаты участия учащихся в соревнованиях заносятся в журнал. Анализируя результаты выступления на соревнованиях, педагог выводит рейтинг активности учащихся.

Во время проведения промежуточного контроля педагог использует следующие нормативы:

- нормативы ОФП;

Класс	Упражнение	Мальчики/девочки					
		Мальчики			Девочки		
		Отлично	Хорошо	Удовл.	Отлично	Хорошо	Удовл.
1 класс	Бег 30 м (сек)	6,1	6,9	7,0	6,6	7,4	7,5
	Челночный бег 3x10 м (сек)	9,9	10,8	11,3	10,2	11,3	11,7
	Прыжок в длину с места (см)	140	115	100	130	110	90
	Подтягивание в висе (раз)	4	2	1	-	-	-
	Приседание (кол-во раз/мин)	-	-	-	-	-	-
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	-	-	-	-	-	-
	Метание набивного мяча (см)	295	235	195	245	220	200
2 класс	Бег 30 м (сек)	5,4	7,0	7,1	5,6	7,2	7,3
	Челночный бег 3x10 м (сек)	9,1	10,0	10,4	9,7	10,7	11,2
	Прыжок в длину с места (см)	165	125	110	155	125	100
	Подтягивание на перекладине (раз)	4	2	1	-	-	-
	Приседание (кол-во раз/мин)	40	38	36	38	36	34
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	23	21	19	28	26	24
	Метание малого мяча (см)	20	15	10	15	10	5
3 класс	Бег 30 м (сек)	5,1	6,7	6,8	5,3	6,7	7,0
	Челночный бег 3x10 м (сек)	8,8	9,9	10,2	9,3	10,3	10,8
	Прыжок в длину с места (см)	175	130	120	160	135	110
	Подтягивание на перекладине (раз)	5	3	1			

	Приседание (кол-во раз/мин)	42	40	38	40	38	36
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	25	23	21	30	28	26
	Метание теннисного мяча (м)	18	15	12	15	12	10
4 класс	Бег 30 м (сек)	5,0	6,5	6,6	5,2	6,5	6,6
	Челночный бег 3x10 м (сек)	8,6	9,5	9,9	9,1	10,0	10,4
	Прыжок в длину с места (см)	185	140	130	170	140	120
	Подтягивание на перекладине (раз)	5	3	1			
	Приседание (кол-во раз/мин)	44	42	40	42	40	38
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	28	25	23	33	30	28
	Метание теннисного мяча (м)	21	18	15	18	15	12
5 класс	Бег 30 м (сек)	5,5	6,0	6,5	5,7	6,2	6,7
	Челночный бег 4x9 м (сек)	10,2	10,7	11,3	10,5	11,0	11,7
	Прыжок в длину с места (см)	170	160	140	160	150	130
	Подтягивание на перекладине (раз)	7	5	3	-	-	-
	Отжимания в упоре лежа (кол-во раз/мин)	17	12	7	12	8	3
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	39	33	27	28	23	20
	Прыжок со скакалкой, 15 сек, раз	34	32	30	38	36	34
6 класс	Бег 30 м (сек)	5,5	5,8	6,2	5,8	6,1	6,5
	Челночный бег 4x9 м (сек)	10,0	10,5	11,5	10,3	10,7	11,5
	Прыжок в длину с места (см)	175	165	145	165	155	140
	Подтягивание на перекладине (раз)	8	6	4	-	-	-
	Отжимания в упоре лежа (кол-	20	15	10	15	10	5

	во раз/мин)						
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	40	35	25	35	30	20
	Прыжки на скакалке, за 20 сек	46	44	42	48	46	44
7 класс	Бег 30 м (сек)	5,0	5,3	5,6	5,3	5,6	6,0
	Челночный бег 4х9 м (сек)	9,8	10,3	10,8	10,1	10,5	11,3
	Прыжок в длину с места (см)	180	170	150	170	160	145
	Подтягивание на перекладине (раз)	9	7	5	-	-	-
	Отжимания в упоре лежа (кол-во раз/мин)	23	18	13	18	12	8
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	45	40	35	38	33	25
	Прыжки на скакалке, за 20 секунд	46	44	42	52	50	48
8 класс	Бег 30 м (сек)	4,8	5,1	5,4	5,1	5,6	6,0
	Челночный бег 4х9 м (сек)	9,6	10,1	10,6	10,0	10,4	11,2
	Прыжок в длину с места (см)	190	180	165	175	165	156
	Подтягивание на перекладине (раз)	10	8	5	-	-	-
	Отжимания в упоре лежа (кол-во раз/мин)	25	20	15	19	13	9
	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	48	43	38	38	33	25
	Прыжки на скакалке, за 25 секунд	56	54	52	62	60	58
9 класс	Бег 30 м (сек)	4,6	4,9	5,3	5,0	5,5	5,9
	Челночный бег 4х9 м (сек)	9,4	9,9	10,4	9,8	10,2	11,0
	Прыжок в длину с места (см)	210	200	180	180	170	155
	Подтягивание на перекладине (раз)	11	9	6	-	-	-

Отжимания в упоре лежа (кол-во раз/мин)	32	27	22	20	15	10
Подъем туловища за 1 мин из положения лежа (пресс), раз	50	45	40	40	35	26
Прыжки на скакалке, за 25 секунд	58	56	54	66	64	62

- нормативы СФП;

№	Контрольные упражнения	Возраст (лет)		
		7-11	12-15	
1.	Бег 300 м (с)	57-60		-
2.	Бег 400 м (с)	-		70-73
3.	Бег 30 м с ведением мяча (с)	6,2 -6,4		5,7-6,0
4.	Удар по мячу ногой на дальность (м)	45-50		50-55
5.	Жонглирование мячом	1 год	2год	3год
		10-12	13-15	16-18
6.	Удар по мячу ногой на дальность (количество раз из 10 попыток)	5-6	7-8	9-10
7.	Бросок мяча рукой на дальность (м)	8-10	13-16	18-21

**Итоговый контроль** проводится в конце обучения в *форме* контрольной игры.

### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

#### Учебно-методический комплекс программы «Футбол»

УМК программы состоит из трех компонентов:

1. Учебные и методические пособия для педагога и учащихся.
2. Система средств обучения.
3. Система средств контроля результативности обучения.

**Первый компонент** включает в себя составленные педагогом списки литературы, необходимых для работы, а также сами учебные пособия.

**Второй компонент** – система средств обучения.

*Организационно-педагогические средства:*

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа, поурочные планы;
- методические рекомендации для педагогов по проведению занятий;

*Дидактические средства:*

- электронные образовательные ресурсы;
- иллюстративный материал;

**Третий компонент** – система средств контроля результативности обучения программе.

- диагностические и контрольные материалы;
- нормативные материалы;

В процессе обучения допустима технология **дистанционного обучения**.

Технология **дистанционного обучения** - это получение образовательных услуг без посещения учебного заведения занятия проводятся с помощью видеокурсов и видеоконференций, путем размещения обучающих материалов в неофициальных социальных группах, а так же с размещением обучающих материалов на Яндекс-диске. Получив учебные материалы в электронном или печатном виде, учащийся может овладевать знаниями дома, на рабочем месте или в специальном компьютерном классе в любой точке России и зарубежья. Учащиеся по данной образовательной программе могут воспользоваться информацией с сайта школы.

### Методические материалы программы

№	Тема программы	Форма занятия и технология организации	Методы и приемы, технологии	Дидактический материал	Педагогический инструментарий оценки и формы подведения итогов	Техническое оснащение
1	Вводное занятие – знакомство с целями и задачами программы, календарно-тематическое планирование	Групповая форма проведения; беседа	Словесные, наглядные	Нормативно-правовые документы ДООП	Беседа, ответы на вопросы, тестирование	petersburgedu.ru
2	История футбола	Групповая форма проведения; беседа, практикум	Словесные, наглядные, практические	Учебники, пособия, презентации	Просмотр, опрос, тестирование	Каменченко П. Олтаржевский Г., Легенды. История российского футбола в фотографиях. - М.; //Красивая книга, 2018
3	Гигиена, режим дня, врачебный контроль	Групповая форма проведения; беседа, практикум	Словесные, наглядные, практические	Учебники, пособия, презентации	Вводный контроль, текущий контроль, опрос, тестирование	Белов, В. И. Валеология. Здоровье, молодость, красота, долголетие / В.И. Белов, Ф.Ф. Михайлович. - М.: Недра Коммюникейшенс Лтд, 2019. - 664 с.
4	Правила поведения и техника безопасности на занятиях	Групповая форма проведения; беседа	Словесные, наглядные	Нормативно-правовые документы ДООП	Контроль, опрос	sc452.kolp.gov.spb.ru
5	Общая физическая подготовка	Групповая форма проведения;	Словесные, наглядные,	Учебно-методические	Вводный контроль, текущий контроль,	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная

		беседа, практикум	практические	пособия, конспекты	опрос, тестирование, выполнение нормативов, сдача зачетов, контрольные игры	программа физического воспитания учащихся/Программы общеобразовательных учреждений. - М: Просвещение,2011
6	Специальная физическая подготовка	Групповая форма проведения; беседа, практикум	Словесные, наглядные, практические	Учебно- методические пособия, конспекты	Вводный контроль, текущий контроль, опрос, тестирование, выполнение нормативов, контрольные игры	petersburgedu.ru;  Курмашина, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. - Москва: Советский спорт, 2003. - 464с.
7	Техника и методика обучения основным техническим приемам	Групповая форма проведения; беседа, практикум	Словесные, наглядные, практические	Учебно- методические пособия, конспекты	Вводный контроль, текущий контроль, опрос, тестирование, выполнение нормативов, контрольные игры	Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. «Футбол». – 3-е изд. испр. доп. - М: Физкультура и спорт, 2002
8	Итоговое комплексное занятие – соревнование	Групповая форма проведения, соревнование	Словесные, практические	Учебно- методические пособия, конспекты	Учебное соревнование	petersburgedu.ru

### **Список литературы для педагога и родителей**

1. С.Ю. Тюленьков, А.А. Федоров «Футбол в зале: система подготовки» - М, 2000
2. О.А. Степанова «Игра и оздоровительная работа в начальной школе» - М, 2004
3. Г.П. Болонов «Физкультура в начальной школе» - М, 2005
4. В.А. Муравьев «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» - М, 2004
5. Б.Х. Ланда «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006.
6. Комплексная программа физического воспитания. Изд. Просвещение 2008г.
7. М.Г. Каменцер «Спортшкола в школе» М. Физкультура и спорт 1985г.
8. Курмашина, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. - Москва: Советский спорт, 2003. - 464с.
9. С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев «Футбол в школе» ОАО Изд. «Советский спорт» 2006г.
10. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. «Футбол». – 3-е изд. испр. доп. - М: Физкультура и спорт, 2002
11. Андреев С.Н. «Играй в мини-футбол».- М.: Советский спорт, 1999
12. Лебедев Л.Г. «Все о футболе. Справочник» - М.: Советский спорт, 2003
13. Футбол: Правила игры. - М.: Физкультура и спорт, 2003
14. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся/Программы общеобразовательных учреждений. - М: Просвещение, 2011
15. Сборник авторских программ педагогов - победителей конкурса «Сердце отдаю детям», М. 2001
16. Спортивные игры. Под ред. А. Комарова и В. Хомутского. М.: Физкультура и спорт, 2010
17. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011
18. Белов, В. И. Валеология. Здоровье, молодость, красота, долголетие / В.И. Белов, Ф.Ф. Михайлович. - М.: Недра Коммюникейшенс Лтд, 2019. - 664 с.

### **Список литературы для учащихся**

1. Литвинов Е.Н. и др. «Веселая физкультура» Учебник для учащихся. - М: Просвещение, 2007

2. Клусов Н.П., Цуркан А.А. Стадионы во дворе: Кн. Для учащихся. - М: Просвещение, 2004
3. Андреев С.Н. Футбол - твоя игра. - М.: //Просвещение, 1989. - 144стр.
4. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол. - М.; Советский спорт, 1989 - 47с.
5. Башкиров, В.Ф. Профилактика травм у спортсменов/ Башкиров В.Ф. - М.: //ФиС, 1987.
6. Каменченко П. Олтаржевский Г., Легенды. История российского футбола в фотографиях. - М.; //Красивая книга, 2018
7. Лоран Николе, Это футбол. Игра, изменившая мир.- М;// Самокат, 2018
8. Нестеровский Д.И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования / Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д., Иванов В.А., Голенко А.В., Левин В.С. /9-е изд., М.; Издательский центр «Академия», 2014. 464 с.
9. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика / Сергиенко Л.П. - М.; «Советский спорт», 2013.
10. Старостин Н. Вайнштейн А. Футбол сквозь годы. М:// Центрполиграф, 2018.
11. Симонян Н.П. Футбол - только ли игра? - М.:// Человек, 2018
12. Шакур М.Т. Как научиться играть в футбол. Финты звезд. //Харвест, 2020

#### **Адреса порталов и сайтов**

1. Большая олимпийская энциклопедия: <http://slovari.yandex.ru/dict/olympic>
2. Газета «Здоровье детей» Издательского дома «Первое сентября»: <http://zdd.1september.ru/>
3. Газета «Спорт школы» Издательского дома «Первое сентября»: <http://spo.1september.ru/>
4. Круговая тренировка с направленностью физических упражнений на воспитание двигательной активности: Методические указания: [http://window.edr.ru/resource/146/53146/files/school\\_phis1.pdf](http://window.edr.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf)
5. Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры общеобразовательных школ на основе футбола (1-4 классы): <https://rfs.ru/projects/russian-football/nasha-smena/documents>
6. Раздел «Футбол в школе» официального сайта Российского футбольного союза»: <https://rfs.ru/>
7. Олимпийская энциклопедия Журнал «Физкультура и спорт»