

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКО – ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА
«ЭДЕЛЬВЕЙС» ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ

Принято на педагогическом совете
МБОУ ДО «Эдельвейс»
Протокол № 4 от 08.07.2025 г

Утверждаю
директор МБОУ ДО «Эдельвейс»
Т.А.Мельникова
Приказ от 08.07.2025 г. № 85 - ОД

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА С ЭЛЕМЕНТАМИ ФУТБОЛА»

возраст детей: 7-17 лет
срок реализации: 1 год

Автор составитель:
Гаджиева Г.Э., старший инструктор-методист

СОДЕРЖАНИЕ

Краткая аннотация

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность

Актуальность

Новизна программы

Отличительной особенностью

Педагогическая целесообразность программы

Возраст обучающихся и режим занятий

Цель программы

Задачи программы

Формы занятий

Способы определения результативности и формы подведения итогов

Прогнозируемые результаты

Учебный план программы «Общая физическая подготовка с элементами футбола»

МОДУЛЬ 1. .

Учебно-тематический план модуля

Краткое содержание

МОДУЛЬ 2.

Учебно-тематический план модуля

Краткое содержание модуля

МОДУЛЬ 3

Учебно-тематический план модуля

Краткое содержание модуля

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

РАЗДЕЛ ВОСПИТАНИЕ

Календарный учебный график воспитательной работы

Учебно-методическое обеспечение образовательной программы

Материально-техническое обеспечение

Список литературы

Таблицы оценки контрольных нормативов

Краткая аннотация

Программа разработана на основе методических рекомендаций внеурочной деятельности «Общая физическая подготовка, Знать и уметь» под редакцией Ю.И. Гришина 2014 год, на основе комплексной программы физического воспитания учащихся. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич (М.: Просвещение, 2014. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации.)

Никогда за всю историю общества движение не было столь необходимым человеку, как в наши дни. Исключительный интерес к этой проблеме определяется в первую очередь, тем, что возможности человеческого организма огромны, а реализовать их не всегда удается. И наиболее доступным средством увеличения потенциала здоровья, как считают ученые, является именно занятия футболом.

Футбол, один из основных и наиболее массовых видов спорта. Образовательная программа «Общепедагогическая подготовка с элементами футбола» имеет физкультурно-спортивную направленность, подготовлена с учетом базовых требований и учебных программ для занятий.

Футбол имеет большое прикладное значение, ведь с его помощью развиваются основные физические качества - выносливость, сила, скорость, гибкость, что широко применяются в повседневной жизни, в частности - в трудовой деятельности. Во время занятий футболом приобретаются навыки координации движений, быстрого и экономичного передвижения и рационального выполнения сложных физических упражнений. Все кто занимаются футболом, приобретают специальные знания относительно техники исполнения физических упражнений, основных функций человеческого организма, организации тренировочных занятий, режима личной гигиены, питания, работы и отдыха. Кроме этого, футбол имеет воспитательное значение, способствуя популяризации здорового образа жизни. Правильная организация и методика проведения занятий и соревнований положительно влияют на формирование личности человека, развитие ее моральных качеств (воли, целенаправленности, выдержки) и умственных способностей (самооценки собственных возможностей и тому подобное).

Пояснительная записка

В основе создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы лежат следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);

ИЗМЕНЕНИЯ, которые вносятся в распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 №678-р (утверждены распоряжением Правительства РФ от 15.05.2023 №1230-р);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);
- Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 21.04.2023 № 302 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Стратегия социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Самарской области от 12.07.2017 № 441);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы)»);
- Письмо министерства образования и науки Самарской области от 30.03.2020 № МО-16-09-01/434-ТУ (с «Методическими рекомендациями по подготовке дополнительных общеобразовательных общеобразовательных программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО»).

Актуальность данной программы заключается в укреплении здоровья, повышении физической подготовленности и работоспособности, воспитании гармонично развитого человека. Систематические занятия физической культурой и спортом расширяют границы функциональных возможностей организма человека.

Педагогическая целесообразность образовательной программы заключается в том, чтобы помочь подросткам найти себя в быстро меняющемся мире событий и информации, закалить волю и характер, стать сильнее, благороднее, мудрее, научиться находить оптимальные решения в различных ситуациях с помощью занятий физической культурой.

Отличительными особенностями программы по общей физической подготовке является:

- направленность на реализацию принципа вариантности, включающего возможность подбирать содержание учебного материала в соответствии с возрастно-половыми

особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные площадки и т.д.)

- объемность и многообразие знаний, средств и форм физкультурной деятельности очерчивается ценностными ориентациями на общую и индивидуально-ориентированную физическую подготовку воспитанников, и соответственно этому основу учебного предмета составляет содержание физкультурной деятельности с оздоровительно-корректирующей направленностью;
- учебное содержание программы излагается в логике от общего (фундаментального) к частному (профилированному), и от частного к конкретному (специализированному), что задает определенную логику в освоении учащимися учебного предмета и обеспечивает перевод осваиваемых знаний в практические навыки и умения;
- учебный материал по общей физической подготовке структурирован по признаку целостности, т.е. каждая система физических упражнений представлена в единстве учебных знаний и соответствующих физических упражнений. В зависимости от материально-технической оснащенности, интересов самих учащихся.

Программа «ОФП с элементами футбола» имеет физкультурно-спортивную направленность и является модульной. Программа рассчитана на 1 год. Количество часов в неделю - 4 часа, 168 часов в год. Год разделен на 3 модуля:

Новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение различных видов спортивной подготовки с применением специальных упражнений на развитие координационных способностей, силы, силовой выносливости, беговой выносливости, скорости в беге, овладение техникой двигательных действий и тактическими приемами в игровой деятельности.

Цель программы – создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, самореализации учащихся посредством обучения общеразвивающим физическим упражнениям и основам игры в футбол.

Целостная система подготовки решает следующие **основные задачи**:

Обучающие:

- сформировать у учащихся понятие о здоровом образе жизни;
- сформировать у детей умение грамотно подбирать и последовательно выполнять физические упражнения при самостоятельных занятиях физической культурой;
- обучить детей основам игры в футбол.

Развивающие:

- способствовать развитию двигательных способностей (силы, гибкости, быстроты, выносливости и координационных способностей), обеспечивая гармоничное физическое развитие детей;
- развивать умения и навыки работы в команде;
- оказать общеукрепляющее оздоровительное воздействие на организм учащихся.

Воспитательные:

- сформировать устойчивый интерес к занятиям физкультурно-спортивной

направленности;

- содействовать умственному, эстетическому и нравственному воспитанию учащихся;
- способствовать развитию коммуникативных качеств личности ребенка, привить навыки культуры общения.

Для более качественного освоения предметного содержания занятия подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью:

- **образовательно-познавательной направленности** знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее разученного учебного материала;
- **образовательно-предметной направленности** используются для формирования обучения практическому материалу.
- **образовательно-тренировочной направленности** используются для преимущественного развития физических качеств и решение соответствующих задач на этих занятиях, формируются представления о физической подготовке и физических качеств, обучают способам регулирования физической нагрузки.

Возраст обучающихся и режим занятий

Программа разноуровневая, рассчитана на полную реализацию в течение 42 недель и ориентирована на обучение детей 7-17 лет.

Объём программы - 168 часов.

Количество часов в неделю - 4 часа. Наполняемость групп – 15 - 25 обучающихся в группе.

В основе создания программы дополнительного образования лежат следующие нормативно-правовые документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция);
- Концепции развития дополнительного образования в РФ до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-Р);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р);
- Приказ Министерства просвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письма Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 "О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей";
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № СП 2.4.3648-20, 28, 2.4.3648-20, Санитарно-эпидемиологические правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № СП 2.4.3648-20, 28, 2.4.3648-20»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N-09-3242 "О направлении информации"(вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)")

- Письма Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 "О направлении методических рекомендаций";
- Письма Министерства образования и науки Самарской области № МО -16-09-01/826-ТУ от 03.09.2015; «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ»
- Приказ Министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказа Департамента образования администрации городского округа Тольятти от 18.11.2019 года №443-пк/3.2 "Об утверждении правил Персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе Тольятти на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам"; а также с учетом многолетнего педагогического опыта в области информационных технологий.

Формы и режим занятий

- Основной формой организации обучения является учебно-тренировочное занятие. Учитывая индивидуальные особенности и возможности детей, данная программа предусматривает использование коллективных, групповых и, при необходимости, индивидуальных форм обучения.
- Формы проведения занятий воспитывают и развивают естественное побуждение подростка к полноценному физическому развитию, к повышению двигательной активности, дополняют прочными теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками.
- В теоретическом разделе программы отражены принципы взаимодействия основного и дополнительного образования: обеспечение непрерывности образования, развитие физических умений и навыков. Последовательность разделов учебного материала программы «Футбол» имеет логическую завершенность:
- теоретические сведения подтверждаются и подкрепляются практическими занятиями.
- Учебно-тренировочные занятия с учащимися объединения различаются по направленности. Практические занятия можно разделить на: однонаправленные, комбинированные, игровые, контрольные. Однонаправленные занятия посвящены одному из компонентов тренировки (общефизической, специальной физической, тактической, технической подготовке). Комбинированные занятия включают материал двух – трех компонентов в различных сочетаниях. Игровые занятия, способствующие формированию положительных эмоций, ощущения радости, желания заниматься легкой атлетикой, построены на взаимосвязи сторон подготовки
- с использованием метода сопряженных воздействий, фрагментов игры, игровых тренировок.
- Включение игр, соответствующих тематике конкретного занятия, сюжетно-ролевых игр в заключительной части занятия на протяжении 3-5 минут увеличивает двигательную плотность урока, число повторений и способствует закреплению формируемых навыков.

- Таким образом, каждое занятие является одним из звеньев ряда занятий, представляющих собой в совокупности единый учебно-воспитательный процесс.
- Данной программой предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение контрольных нормативов, участие в соревнованиях. Материал распределен от простого к сложному.
- Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятий. Каждое практическое занятие состоит из трех частей:
- подготовительная - упражнения на внимание, упражнения на осанку, ходьба, бег, общеразвивающие упражнения (без предметов, с предметами, в парах и т.д.);
- основная - упражнения из разделов гимнастики, легкой атлетики, атлетической гимнастики, подвижные и спортивные игры;
- заключительная - ходьба, бег в медленном темпе, спокойные игры, упражнения на дыхание.
- В реализации данной программы участвуют обучающиеся в возрасте от 9 до 17 лет, программа рассчитана на 1 год обучения, набор производится по следующим параметрам: наличие способностей, базовых знаний и желание обучающихся совершенствовать свои умения и навыки в футболе. Количество занимающихся 15-25 человек. Продолжительность занятия: академический час 45 мин.
- Предварительного отбора для занятий в учебные группы не проводится. Обучение предусматривает последовательное освоение и совершенствование спортивных навыков. Программа предусматривает возможность подключения подростков к занятиям на последующих годах обучения при наличии у подростка соответствующего уровня технической подготовки и уровня физического развития
- **Формы и методы**, используемые для организации учебного процесса:
- - методы обучения: практический, словесный, наглядного восприятия;
- - способы выполнения упражнений: одновременный, поточный, поочередный;
- - формы организации занятий: фронтальный, групповой, индивидуальный.
- В программе предусмотрено регулярное отслеживание результатов учащихся, участие в районных соревнованиях. Запланированы воспитательные задачи: приучение к сознательной дисциплине, воспитывать такие качества, как самообладание, чувство товарищества, общительность, смелость, воля к победе.
- Педагог, реализующий данную программу, ориентирует свою деятельность на такие важные компоненты как: воспитание моральных и волевых качеств; формирование гуманистических отношений; приобретение опыта общения; формирование потребности и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями; воспитание целостной ориентации на физическое и духовное совершенствование личности.
- Форма подведения итогов: **начальная, промежуточная, итоговая.**

Ожидаемые результаты

По окончании обучения обучающиеся
должны знать:

- сведения по истории, теории и методике физической культуры;
- о врачебном контроле и самоконтроле;
- сведения о гигиене;
- сведения по технике безопасности; о первой медицинской помощи при травмах;
- сведения о технике и тактике различных видов спорта;
- о правилах и организации проведения соревнований;
- об инвентаре, о правилах поведения на спортивных сооружениях;
- общее понятие о технике спортивного упражнения.
- основные правила проведения соревнований

должны уметь:

- проводить самостоятельную разминку.
- выполнять специальные беговые, прыжковые и бросковые упражнения.
- выполнять контрольные нормативы по ОФП для своего возраста;
- оказать первую помощь при спортивных травмах;
- выполнение нормативов по ОФП по разделам программы.

Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

В рамках реализации этой цели программа ориентируется на решение следующих задач:

Обучающие (предметные):

1. Учить правилам безопасного поведения при занятиях физкультурно-спортивной направленности;
2. Учить элементарной технике выполнения физических упражнений;
3. Учить общим представлениям об истории развития физических упражнений в целом и о развитии легкой атлетики в частности; простейшим знаниям о строении и функциях организма человека; общим основам ЗОЖ.

Развивающие (метапредметные):

1. Развивать у детей ориентировку в пространстве, чувство равновесия и ритмичности;
2. Стимулировать естественный процесс развития движений и двигательных качеств (быстрота движений, ловкость, координация).

Воспитательные (личностные):

1. Развивать интерес к футболу через игровые занятия;
2. Воспитывать организованность, активность в процессе двигательной деятельности;
3. Развивать у детей умение играть дружно, согласовывая свои действия с действиями других.

Общие критерии оценивания результатов:

1. Владение знаниями по программе.
2. Активность. Участие в школьных и районных соревнованиях.
3. Умение работать в коллективе.
4. Уровень воспитанности и культуры учащихся.
5. Физический рост личностных достижений воспитанников.

Способы определения результативности:

1. Общая оценка психологической готовности детей.
2. Сдача нормативов по общей и специальной физической подготовке,
3. Проведение годовых итоговых зачётных соревнований в конце каждого года

обучения, с выдачей призов за 1, 2, 3 место и поощрительных призов.

4. Проведение итогового соревнования.

Критерии замера прогнозируемых результатов:

5. Педагогическое наблюдение.
6. Проведение открытых и итоговых занятий, обобщения, обсуждение результатов.

Формы подведения итогов (механизмы оценивания результатов)

1. педагогическое наблюдение;
2. опрос;
3. открытые занятия с последующим обсуждением;
4. итоговые занятия;
5. выполнения нормативов;
6. соревнования различного уровня.

**Учебный план
программы «Общая физическая подготовка с элементами футбола»**

Наименование модули	Количество часов модуля	Всего часов программы
Модуль 1	48	168 ч
Модуль 2	48	
Модуль 3	72	

МОДУЛЬ 1

Подвижные игры для детей укрепляют физическое здоровье, развивают двигательные способности, совершенствуют умения, обучают жизненным ситуациям, как следует поступать в тех или иных случаях, развивают мораль, учат ориентироваться в пространстве, помогают ребёнку открывать для себя новый для него мир.

Многообразие двигательных действий, входящих в состав подвижных игр, оказывает также комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей. В этом возрасте закладываются основы игровой деятельности, направленные на совершенствование, прежде всего, естественных движений - ходьбы, бега, прыжков, метаний; элементарных игровых умений - ловли мяча, передачи, бросков; технико – тактических взаимодействий - выбор места. Взаимодействия с партнерами, командой и соперников, необходимых при дальнейшем овладении спортивными играми.

Подвижная игра, по словам П.Ф. Лесгафта является подготовкой к жизни нового поколения. Подвижные игры для детей с правилами - это активная и сознательная деятельность маленького человека. Она требует точного и своевременного выполнения заданий, которые вытекают из правил игры, обязательных для всех участников. Играя, ребёнок пополняет свой багаж знаний и представлений об окружающем мире, развивается его мышление сообразительность. Смекалка. Он получает навыки в ловкости и сноровке, учится морали и правилам общения. Каждая игра

способствует упражнению и закреплению приобретённых качеств и навыков, формирование и получение новых.

В программе используются игры для развития быстроты, силы, выносливости, пространственной ориентации.

Цель модуля:

- раскрыть потенциальные возможности и творческую инициативу ребёнка, привить детям интерес и любовь к подвижным и к спортивным играм, закрепить двигательные навыки, укрепить здоровье детей, вызвать положительные эмоции у детей (радость, удовольствие, воодушевление),
- **Задачи:**
- Обучить правилам поведения техники безопасности на спортивных занятиях;
- Способствовать развитию координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями ;
- Обучить правильной последовательности выполнения ОРУ с мячами;
- Обучить подводящим упражнениям к спортивным играм;
- Обучить технике перемещению и стойки игрока;
- Обучить овладению элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и введения мяча;
- Формировать стойки интерес к занятиям;

Планируемые результаты:

Ребенок должен знать:

- Правила поведения и технику безопасности на спортивных занятиях;
- Техничко- тактические взаимодействия;
- Последовательность выполнения ОРУ с мячами;
- Подводящие упражнения к спортивным играм;
- Перемещение и стойки игрока;
- Элементарные умения в ловлях, бросках и передачи мяча;
- Правила соревнований по спортивным играм;
- Нормы контрольных нормативов.

Ребенок должен уметь:

Правильно перестраиваться с колонны по одному, в колонну по два, на месте и в движении;

- Правильно выполнять разученные комплексы ОРУ без подсказки;
- Правильно выполнять правильные исходные положения при перемещениях;
- Правильно бегать челночный бег 4х9 м.;
- Правильно передавать мяч на месте и в парах;
- Правильно принимать мяч;
- Правильно передавать и останавливать мяч;
- Правильно ударять по мячу;
- Правильно преодолевать полосу препятствий с использованием спортивного инвентаря;
- Правильно выполнять бросок мяча на дальность;

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН I МОДУЛЯ

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теоретическое занятие	Практические занятия	
1	2	3	4	5	6
1	Обзор развития спортивных игр в РФ	1	1	-	Входной контроль. Наблюдение
2	Техника безопасности на занятиях футболу, подвижным играм.	1	1	-	
3	Гигиена, врачебный контроль.	2	2		
4	Инвентарь, оборудование мест занятий.	1	1		
5	Общая физическая подготовка.	41	-	41	Наблюдение. Упражнения
6	Зачетные мероприятия	2	1	1	Контрольные нормативы.
7	Соревнования	Календарный план			
8	Культурно-досуговые мероприятия	План мероприятий			
9	ИТОГО ЧАСОВ:	48	6	42	

СОДЕРЖАНИЕ I МОДУЛЯ

ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ

Правила техники безопасности (режим занятий; основы техники безопасности на занятиях в спортивном зале; правила противопожарной безопасности, дорожного движения, поведения в чрезвычайных ситуациях).

2. ОБЗОР РАЗВИТИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР В РОССИИ.

Характеристика вида спорта в целом и отдельных её видов. Спортивные и подвижные игры как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.

3. ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ СПОРТИВНЫМИ И ПОДВИЖНЫМИ ИГРАМИ.

Правила пользования спортивным инвентарем, оборудованием, одеждой и обувью. Расположение группы и отдельных учащихся во время занятия. Дисциплина - основа безопасности во время занятий футболом. Возможные травмы и их предупреждения.

- Футбол
- Подвижные игры

4. ГИГИЕНА. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ.

Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, правила применения солнечных ванн, гигиена одежды, обуви и мест занятий.

5. ОБОРУДОВАНИЕ, ИНВЕНТАРЬ, МЕСТА ЗАНЯТИЙ.

Ознакомление с местами занятий. Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий, правила пользования спортивным инвентарем. Практические занятия.

6. ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

Содержание обучения

Упражнения для развития гибкости

- наклоны в различных исходных положениях самостоятельно и в парах;
- махи ногами в различных направлениях с максимальной амплитудой.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

- старты из различных положений;
- бег с максимальной скоростью 30, 60 метров;
- прыжки (в длину с места, на одной и двух ногах, через скакалку);
- поднимание туловища из положения лежа;
- сгибания и разгибания рук в упоре лежа;
- подтягивания на высокой перекладине.

Упражнения для развития координации движений:

- общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения); общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону);
- общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук).

Упражнения для развития выносливости:

- равномерный бег до 20 минут;
- непрерывный бег с чередованием скорости передвижения;
- круговая тренировка.

1. Подвижные игры, эстафеты.

Теория: Правила подвижных игр и спортивных эстафет.

Практика: Подвижные игры и эстафеты.

2. Футбол.

Техника игры в футбол.

техника передвижений (бег по прямой, изменяя скорость и направление, приставным и скрестным шагом в сторону, с поворотами и остановками выпадам и прыжками на две ноги, прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной с разбега);

- удары по мячу ногой (внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема);
- удары по мячу в движении (по неподвижному и катящемуся мячу, после остановки)

мяча, ведения и рывка на короткое и длинное расстояние, удары по летящему мячу, удары на точность в ноги партнеру, ворота, цель, двигающемуся партнеру)

3. Соревнования.

Практика: Тренировочные и соревновательные игры по футболу. Товарищеские встречи, районные соревнования.

Практика: участие в игровых и конкурсных программах, праздниках и показательных выступлениях учреждения.

4. Культурно-досуговые мероприятия.

5. Промежуточная аттестация.

Практика: Педагогическое тестирование, зачетные занятия, соревнования.

Ожидаемые результаты

Личностные:

- научиться подчинить личные интересы интересам коллектива, уважать соперника;
- сформировать чувство ответственности и патриотизма;
- подготовиться к полноценному труду и защите Родины.

Метапредметные:

- повысить уровень развития двигательных способностей (силы, гибкости, быстроты, выносливости и координационных способностей);
- научиться заботиться о собственном здоровье и физическом совершенствовании, вести здоровый образ жизни.

Предметные:

- научиться технике футбола во взаимосвязи с общей физической подготовкой;
- освоить технически правильное выполнение упражнений с мячом;
- приобрести знания о здоровом образе жизни.

- УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН II МОДУЛЯ

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теоретическое занятия	Практические занятия	
1	2	3	4	5	6
1	Техника безопасности на занятиях футболу, подвижным играм.	1	1		
2	Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую.	1	1	-	Входной контроль. Наблюдение
3	Правила игры в футбол.	2	2	-	
4	Общая физическая подготовка.	36	-	36	Наблюдение. Упражнения
5	Тактика игры в футбол	6	2	4	
6	Зачетные мероприятия	2	1	1	Контрольные
7	Соревнования	Календарный план			
8	Культурно-досуговые мероприятия	План мероприятий			

9	ИТОГО ЧАСОВ:	48	7	41	
---	--------------	----	---	----	--

Цель модуля: создать условия для дальнейшего развития творческой инициативы ребёнка, интереса к подвижным и спортивным играм. Закрепить двигательные навыки, укрепить здоровье детей, развить координационные способности, гибкость, быстроту.

Задачи

Обучающие:

- сформировать умения правильно располагаться на футбольном поле при атакующих или оборонительных действиях, выполнять простейшие комбинации в стандартных положениях – начале игры, угловом, штрафном, свободном ударах и вбрасывании мяча;
- научить анализировать действия противника, эффективно применять тактику нападения и защиты в условиях соревнований.

Развивающие:

- способствовать развитию двигательных способностей (силы, гибкости, быстроты, выносливости и координационных способностей);
- научить заботиться о собственном здоровье и физическом совершенствовании, вести здоровый образ жизни;

Воспитательные:

- способствовать развитию взаимопонимания, взаимовыручки, умения подчинить личные интересы интересам коллектива, уважения к сопернику, чувства ответственности и патриотизма;
- способствовать физическому совершенствованию детей для подготовки детей к полноценному труду и защите Родины

- Содержание обучения

1. Вводные и теоретические занятия.

Теория: Правила техники безопасности (режим занятий, основы техники безопасности на занятиях в спортивном зале; правила противопожарной безопасности, дорожного движения, поведения в чрезвычайных ситуациях). Правила игры в футбол (разметка поля для игры в футбол, правила игры полевых игроков и вратаря. Здоровый образ жизни (значение здорового образа жизни в жизнедеятельности человека; вред табакокурения для здоровья человека). Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека (влияние на мышечную, нервную, сердечно-сосудистую, дыхательную системы организма).

3. Общая физическая подготовка.

Техника выполнения общеразвивающих упражнений, основные ошибки. Подбор физических упражнений для самостоятельных занятий.

Упражнения для развития гибкости:

- наклоны в различных исходных положениях самостоятельно и в парах;
- махи ногами в различных направлениях с максимальной амплитудой.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

- старты из различных положений;
- бег с максимальной скоростью 30, 60 метров;

- прыжки (в длину с места, на одной и двух ногах, через скакалку);
- поднимание туловища из положения лежа;
- сгибания и разгибания рук в упоре лежа;
- подтягивания на высокой перекладине.

Упражнения для развития координации движений:

- общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения);
- общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону);
- общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук).

Упражнения для развития выносливости:

- равномерный бег до 20 минут;
- непрерывный бег с чередованием скорости передвижения;
- круговая тренировка.

3. Футбол.

Техника игры в футбол.

Теория: Правила игры в футбол. Профилактика травматизма на занятиях. Основные ошибки в технике выполнения ударов по мячу. Точность удара и траектория полета мяча. Ведение мяча – внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы. Отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча. Технические приемы игры вратаря – ловли, отбивания кулаком, броски мяча, падения перекатом, выбивания мяча с рук.

Практика:

- остановка мяча ногой (подошвой, внутренней и внешней стороной стопы, катящегося и опускающегося мяча, грудью, бедром на месте, в движении, с поворотом, с последующим ведением или передачей мяча);
- ведение мяча (внешней и внутренней частью подъема, серединой подъема и носком, внутренней стороной стопы, по прямой, с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, увеличивая скорость и закрывая мяч телом);
- обманные движения (после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве);
- отбор мяча (перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате);
- вбрасывание мяча из-за боковой линии (с места из положения ноги вместе, с шага, на точность и дальность, под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру);
- техника игры вратаря (основная стойка вратаря, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча на выходе из ворот без падения и с падением перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком, ладонями, пальцами рук без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, перевод мяча через перекладину ворот ладонями в прыжке, бросок мяча одной рукой из-за плеча, с боковым замахом и снизу на точность, выбивание мяча ногой с земли и с рук на точность и дальность).

Тактика игры в футбол.

Теория: Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий вратаря, защитников, полузащитников, нападающих. Индивидуальные и групповые тактические действия.

Практика:

Тактика нападения

- индивидуальные действия без мяча (правильное расположение и ориентировка на футбольном поле, выбор момента и способа передвижения на свободное место с целью получения мяча);

4. Соревнования.

Практика: Тренировочные и соревновательные игры по футболу. Товарищеские встречи, районные соревнования.

5. Культурно-досуговые мероприятия.

Практика: участие в игровых и конкурсных программах, праздниках и показательных выступлениях учреждения.

6. Промежуточная аттестация.

Практика: Педагогическое тестирование, зачетные занятия, соревнования.

Ожидаемые результаты

Личностные:

- научиться подчинить личные интересы интересам коллектива, уважать соперника;
- приобрести навыки работы в команде;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом, чувство ответственности и патриотизма;
- подготовиться к полноценному труду и защите Родины.

Метапредметные:

- повысить уровень развития двигательных способностей (силы, гибкости, быстроты, выносливости и координационных способностей);
- научиться заботиться о собственном здоровье и физическом совершенствовании, вести здоровый образ жизни;

Предметные:

- сформировать умения правильно располагаться на футбольном поле при атакующих или оборонительных действиях, выполнять простейшие комбинации в стандартных положениях;
- научиться анализировать действия противника, эффективно применять тактику нападения и защиты в условиях соревнований.

- УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН III МОДУЛЯ

№	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теоретическое занятия	Практические занятия	
1	2	3	4	5	6
1	История возникновения и развития игры в футбол (международные соревнования и Олимпийские игры)	1	1	-	Входной контроль.

2	Правила игры в футбол.	2	2	-	Наблюдение
3	Понятие о тактике и тактической комбинации.	4	4		
4	Индивидуальные и групповые тактические действия.	10	2	8	
5	Общая физическая подготовка.	53	-	53	Наблюдение. Упражнения
6	Зачетные мероприятия	2	1	1	Контрольные нормативы.
7	Соревнования	Согласно календарному плану			
8	Культурно-досуговые мероприятия	Согласно плану мероприятий			
9	ИТОГО ЧАСОВ:	78	8	62	

Цель модуля:

- Создание условия для дальнейшего раскрытия потенциальных возможностей и творческой инициативы ребёнка, закрепления двигательных навыков, укрепить здоровье детей.
- ***Задачи:***
- Обучить правилам поведения техники безопасности на спортивных занятиях;
- Способствовать развитию координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями ;
- Обучить правильной последовательности выполнения ОРУ с мячами;
- Обучить подводящим упражнениям к спортивным играм;
- Обучить технике перемещению и стойки игрока;
- Обучить овладению элементарными умениями в ловле, бросках, передачах и введения мяча;

Содержание обучения

1. Вводные и теоретические занятия.

Теория: Правила техники безопасности (режим занятий, основы техники безопасности на занятиях в спортивном зале; правила противопожарной безопасности, дорожного движения, поведения в чрезвычайных ситуациях). Правила игры в футбол (разметка поля для игры в футбол, правила игры полевых игроков и вратаря, выполнения штрафных ударов, классификация и терминология технических приемов игры в футбол). История возникновения и развития игры в футбол (международные соревнования и Олимпийские игры, системы розыгрыша – круговая и с выбыванием, судейство соревнований по футболу, обязанности судей, предупреждения и удаления игроков с поля, тактика игры в футбол).

3. Общая физическая подготовка.

Теория: Техника выполнения общеразвивающих упражнений, основные ошибки. Подбор

физических упражнений для самостоятельных занятий.

Практика:

Упражнения для развития гибкости:

- наклоны в различных исходных положениях самостоятельно и в парах;
- махи ногами в различных направлениях с максимальной амплитудой.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

- старты из различных положений;
- бег с максимальной скоростью 30, 60 метров;
- прыжки (в длину с места, на одной и двух ногах, через скакалку);
- поднимание туловища из положения лежа;
- сгибания и разгибания рук в упоре лежа;
- подтягивания на высокой перекладине.

Упражнения для развития координации движений:

- общеразвивающие упражнения для мышц рук (поднимание рук в стороны и вперед и опускание вниз, сведение рук вперед и разведение в стороны, круговые вращения);
- общеразвивающие упражнения для мышц ног (приседания, выпады вперед, назад, в сторону);
- общеразвивающие упражнения для мышц (наклоны туловища вперед и в стороны, круговые движения туловища с различными положениями рук).

Упражнения для развития выносливости:

- равномерный бег до 20 минут;
- непрерывный бег с чередованием скорости передвижения;
- круговая тренировка.

7. Футбол.

Техника игры в футбол.

Теория: Правила игры в футбол. Профилактика травматизма на занятиях. Основные ошибки в технике выполнения ударов по мячу. Точность удара и траектория полета мяча. Ведение мяча – внутренней и внешней частью подъема, внутренней стороной стопы. Отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча. Технические приемы игры вратаря – ловли, отбивания кулаком, броски мяча, падения перекатом, выбивания мяча с рук.

Практика:

- остановка мяча ногой (подошвой, внутренней и внешней стороной стопы, катящегося и опускающегося мяча, грудью, бедром на месте, в движении, с поворотом, с последующим ведением или передачей мяча);
- ведение мяча (внешней и внутренней частью подъема, серединой подъема и носком, внутренней стороной стопы, по прямой, с изменением направления и скорости перемещения, между стоек и движущихся партнеров, увеличивая скорость и закрывая мяч телом);
- обманные движения (после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве);
- отбор мяча (перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате);

- бросывание мяча из-за боковой линии (с места из положения ноги вместе, с шага, на точность и дальность, под правую и левую ногу партнера, на ход партнеру);
- техника игры вратаря (основная стойка вратаря, передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах, ловля мяча на уровне груди и живота без прыжка и в прыжке, ловля катящегося и летящего низко мяча на выходе из ворот без падения и с падением перекатом, ловля высоко летящего мяча без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, быстрый подъем с мячом на ноги после падения, отбивание мяча кулаком, ладонями, пальцами рук без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, перевод мяча через перекладину ворот ладонями в прыжке, бросок мяча одной рукой из-за плеча, с боковым замахом и снизу на точность, выбивание мяча ногой с земли и с рук на точность и дальность).

Тактика игры в футбол.

Теория: Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий вратаря, защитников, полузащитников, нападающих. Индивидуальные и групповые тактические действия.

Практика:

Тактика нападения

- командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, организация нападения по избранной тактической схеме, взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр).

Тактика защиты

- индивидуальные действия (выбор позиции относительно опекаемого игрока для противодействия получению мяча, ведению и удару по воротам, отбор мяча изученным способом в зависимости от игровой ситуации);
- групповые действия (взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций, создание искусственного положения «вне игры»);
- тактика вратаря (выбор правильной позиции в воротах при ударах в различных направлениях и угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот);
- командные действия (тренировочные и соревновательные игры, применяя технические приемы изученного программного материала, оборонительные действия согласно избранной тактической схеме в составе команды по принципу персональной, зонной или комбинированной защиты).

Оценочные и методические материалы

Методические материалы

№	Разделы программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.	Вводные и теоретические занятия.	теоретическое занятие	Приемы: устное изложение, беседа, диалог, работа по образцу. Методы: словесный, наглядный, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный; фронтальный, индивидуально-фронтальный.	Научная и специальная литература, плакаты. Оборудование спортивного зала: футбольные ворота, гимнастические стенки, маты. Техническое оснащение: компьютер, проектор, экран, аудиозаписи, видеозаписи. Инвентарь: футбольные мячи, скакалки.	фронтальный опрос, зачетное занятие
2.	Практические занятия: общая физическая подготовка; футбол; подвижные игры и эстафеты.	практическое занятие, комбинированное занятие, зачетное занятие, игра соревнование	Приемы: беседа, показ педагогом; работа по образцу и самостоятельная творческая работа учащихся. Методы: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, фронтальный, репродуктивный; групповой.	Оборудование спортивного зала: футбольные ворота, гимнастические стенки, маты. Техническое оснащение: компьютер, проектор, экран, аудиозаписи, видеозаписи. Инвентарь: футбольные мячи, скакалки	зачетное занятие, соревнование
3.	Культурно-досуговые мероприятия.	праздник, соревнование	Приемы: игра, упражнение, решение проблемной ситуации. Методы: словесный, практический, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский; коллективный, групповой.	Техническое оснащение: компьютер, проектор, экран, аудиозаписи, видеозаписи. Инвентарь: футбольные мячи, ворота, скакалки.	праздник, соревнование

Раздел «Воспитание»

Цель воспитательной работы - развитие личности через самоопределение и социализацию детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей принятых в российском обществе

Задачи:

- воспитывать дисциплинированность, ответственность, социальное поведение, самоорганизацию; воспитывать трудолюбие, уважение к труду;
- - формировать чувство коллективизма, взаимопомощи;
- - воспитывать у детей чувство патриотизма, гражданственности, гордости за достижения отечественной науки и техники;
- - воспитывать нравственные качества, формировать правовое самосознание и стремление к здоровому образу жизни.
- воспитание чувства патриотизма и уважения к истории России и Самарского края;

Ожидаемые результаты:

- освоение детьми понятия о своей российской культурной принадлежности (идентичности);
- понимание значимости достижений духовно-нравственных традиций российского общества;
- уважение к старшим, бережное отношение к истории и традициям своей семьи, понимание важности знания истории своей страны и малой родины;

Методы воспитания: метод убеждения, метод положительного примера (педагога, родителей, детей), метод упражнений, метод переключения деятельности, метод развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании, методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Формы обучения:

- игровые тренинги, творческие мастерские; беседы;
- участие в проектной деятельности (способствует формированию умений в области целеполагания, планирования и рефлексии, укрепляет внутреннюю дисциплину, дает опыт долгосрочной системной деятельности)

Работа с родителями или законными представителями осуществляется в форме:

- родительских собраний;
- открытых занятий для родителей;
- творческого взаимодействия в процессе подготовки творческого продукта студии (анимационные фильмы, медиаконтент);
- консультаций в групповом чате студии;
- анкетирования, опросов, собеседований.

Диагностика результатов воспитательной работы осуществляется с помощью:

- педагогического наблюдения;
- оценки творческих проектов педагогом, родителями, сверстниками;
- отзывов, интервью, материалов рефлексии (опросы родителей, анкетирование родителей и детей, беседы с детьми, отзывы других участников мероприятий и др.).

«Календарный план воспитательной работы» (Приложение 1), организуемых с помощью и при активном участии родительского сообщества.

Информационные источники

для педагога:

1. Виноградов П.А., Душанин А.П., Жолдак В.И. Основы физической культуры и здорового образа жизни. – М.: «Советский спорт», 1996.
2. Ковалько В.И. Азбука физкультминуток: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр. – М.: ВАКО, 2005.
3. Назаренко Л.Д. Физиология физического воспитания и спорта: Учебно-методическое пособие. – Ульяновск, 2000.
4. Переверзин И.И. Школьный спорт в России. – М., 1994.
5. Пермяков А.А. Внешкольное физическое воспитание школьников. Киев: «Рад. школа», 1989.
6. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. – М.: «Медицина», 1985.
7. Терминология спорта: Толковый словарь спортивных терминов / Сост. Ф.П. Суслов, Д.А. Тышлер. – М.: «СпортАкадемПресс», 2001.
8. Холдов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студ. высш. уч. зав. – М.: «Академия», 2000.

для учащихся:

1. Богданов Г.П. Школьникам – здоровый образ жизни. – М.: «Физкультура и спорт», 1989.
2. Козленко Н.А. Школьникам – привычку заниматься физической культурой. – Киев: «Рад. школа», 1985.

Перечень интернет-ресурсов

1. <http://www.edu.ru/> - Федеральный портал российское образование.
2. <http://petersburgedu.ru/> - Петербургское образование.
3. <http://2berega.spb.ru/> - Учительский портал Невского района.
4. <http://it-n.ru/> - Сеть творческих учителей.
5. <http://pedsovet.su/> - Сообщество взаимопомощи учителей.
6. <http://pedgazeta.ru/> - Педагогическая газета.
7. <http://pedportal.net/nachalnye-klassy/> Педпортал.

Перечень электронных образовательных ресурсов

1. Журнал «Современные проблемы науки и образования». – Издательский Дом «Академия Естествознания», 2012. – Свидетельство – Эл. № ФС77-34132.

Оценочные материалы

Диагностическая карта

педагогического тестирования учащихся Дата__

№	Фамилия, имя	Контрольные упражнения						Общая оценка	Средний балл
		Подтягивания . на высокой (мал.) и низкой (дев.)	Приседания за 30 сек.		Отжимания в упоре лежа за 30 сек.				
			кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов			
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									

Педагог

()

Диагностическая карта
педагогического тестирования учащихся Дата__

№	Фамилия, имя	Контрольные упражнения							
		Челночный бег 3х10м.		Прыжок в длину с места		Подтягивания на высокой (мал.) и низкой (дев.) перекладине		Общая оценка	Средний балл
		кол-во сек.	кол-во баллов	кол-во см.	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов		
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									

Педагог

()

Критерии оценки уровня общей физической подготовки учащихся

Подтягивания на высокой перекладине (мальчики)

низкий		средний		высокий	
кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов
1	1	4	4	7	7
2	2	5	5	8	8
3	3	6	6	9	9
				10	10

Подтягивания на низкой перекладине (девочки)

низкий		средний		высокий	
кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов
11	1	14	4	17	7
12	2	15	5	18	8
13	3	16	6	19	9
				20	10

Приседания за 30 сек. (мальчики, девочки)

низкий		средний		высокий	
кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов
1-5	1	16-20	4	27	7
6-10	2	21-23	5	28	8
11-15	3	24-26	6	29	9
				30	10

Отжимания в упоре лежа за 30 сек. (мальчики)

низкий		средний		высокий	
кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов
1-15	1	21-22	4	27	7
16-18	2	23-24	5	28	8
19-20	3	25-26	6	29	9
				30	10

Отжимания в упоре лежа за 30 сек. (девочки)

низкий		средний		высокий	
кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов
6	1	9	4	12	7
7	2	10	5	13	8
8	3	11	6	14	9
				15	10

Критерии оценки уровня общей физической подготовки учащихся

Контрольные упражнения	Возраст (лет)	Уровень					
		мальчики			девочки		
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Челночный бег 3х10м. (сек.)	7	11,2	10,8-10,3	9,9	11,7	11,3-10,6	10,2
	8	10,4	10,0-9,5	9,1	11,2	10,7-10,1	9,7
	9	10,2	9,9-9,3	8,8	10,8	10,3-9,7	9,3
	10	9,9	9,5-9,0	8,6	10,4	10,0-9,5	9,1
	11	9,7	9,3-8,8	8,5	10,1	9,7-9,3	8,9
	12	9,3	9,0-8,6	8,3	10,0	9,6-9,1	8,8
	13	9,3	9,0-8,6	8,3	10,0	9,5-9,0	8,7
	14	9,0	8,7-8,3	8,0	9,9	9,4-9,0	8,6
	15	8,6	8,4-8,0	7,7	9,7	9,3-8,8	8,5
	16	8,3	8,2-8,1	7,2	10,00	8,7-8,4	8,4
	17	7,8	8,0-7,9	6,9	10,5	8,1-8,0	8,3
Прыжок в длину с места, (см.)	7	100	115-135	155	85	110-130	150
	8	110	125-145	165	90	125-140	155
	9	120	130-150	175	110	135-150	160
	10	130	140-160	185	120	140-150	170
	11	140	160-180	195	130	150-175	185
	12	145	165-180	200	135	155-175	190
	13	150	170-190	205	140	160-180	200
	14	160	180-195	210	145	160-180	200
	15	175	190-205	220	155	165-185	205
	16	180-185	200-210	230	165	170-190	210
	17	185-189	210-220	240	170	180-200	220
Подтягивания на выс. (мал.) и низ. (дев.) перекладине (кол-во раз)	7	1	2-3	4	2	4-8	12
	8	1	2-3	4	3	6-10	14
	9	1	3-4	5	3	7-11	16
	10	1	3-4	5	4	8-13	18
	11	1	4-5	6	6	10-14	19
	12	1	4-6	7	7	11-15	20
	13	1	5-6	8	8	12-15	21
	14	2	6-7	9	9	13-15	22
	15	3	7-8	10	10	12-13	23
	16	4	8-9	11	11	13-14	24
	17	5	9-10	12	12	14-15	25

Информационная карта

Дата _____

№	Фамилия, имя	Ведение мяча (без учета времени)	Удары по мячу внутренней частью стопы	Удары по мячу носком	Пас пяткой	Пас внешней частью стопы в движении	Пас внутренней частью стопы за спину защитника	Набивание мяча	Общая оценка
1.									
2.									
3.									
4.									
5.									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.									
14.									
15.									

Педагог

()

Информационная карта

Дата _____

№	Фамилия, имя	Ведение мяча (за 20 сек.)	Удары по мячу внешней частью стопы	Удары по мячу подъемом	Удары по мячу головой	Пас пяткой	Пас внешней частью стопы в движении	Пас внутренней частью стопы за спину защитника	Набивание мяча	Общая оценка
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										
7.										
8.										
9.										
10.										
11.										
12.										

Педагог

()

Критерии оценки:

Ведение мяча

низкий		средний		высокий	
кол-во баллов	кол-во сбитых конусов	кол-во баллов	кол-во сбитых конусов	кол-во баллов	кол-во сбитых конусов
1	9	4	6	7	3
2	8	5	5	8	2
3	7	6	4	9	1
				10	0

Удары по мячу

низкий		средний		высокий	
кол-во баллов	качество выполнения	кол-во баллов	качество выполнения	кол-во баллов	качество выполнения
1	далеко от ворот	4	по середине ворот	7	ближе к углам ворот
2	мимо ворот	5	чуть дальше от середины ворот	8	рядом с углом ворот
3	в перекладину	6	ближе к штанге ворот	9	совсем ближе к углам ворот
				10	попадание в углы ворот

Пас

низкий		средний		высокий	
кол-во баллов	качество выполнения	кол-во баллов	качество выполнения	кол-во баллов	качество выполнения
1	правильный прием и удар по воротам от 1 до 3 баллов	4	правильный прием и удар по воротам от 4 до 6 баллов	7	правильный прием и удар по воротам от 7 до 10 баллов
2		5		8	
3		6		9	
				10	

Набивание мяча

низкий		средний		высокий	
кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз	кол-во баллов	кол-во раз
1	1-2	4	7-8	7	12-13
2	3-4	5	9-10	8	14-17
3	5-6	6	11	9	18-19
				10	20

Примерные вопросы по теоретической подготовке

Фамилия, имя _____ Дата _____

*Выберите правильный ответ из предложенных вариантов

1. Футбол был включен в Олимпийскую программу

а) в 1900 году;

б) в 1924 году;

в) в 1936 году.

2. Игроку, допустившему грубое нарушение правил судья показывает

а) черную карточку;

б) желтую карточку; в)

белую карточку.

3. Профессиональный термин «офсайд» означает

а) начало игры;

б) положение «вне игры»; в)

штрафной удар.

4. Пенальти – штрафной удар

а) с 10 метров;

б) с 11 метров; в)

с 12 метров.

5. Каждая команда в футболе состоит

а) из 10 человек;

б) из 11 человек; в)

из 9 человек.

6. В футболе запрещена игра

а) головой;

б) ногами;

в) руками.

7. Футбольный матч включает в себя

а) 1 тайм;

б) 2 тайма;

в) 3 тайма.

8. Команда игроков по мини-футболу состоит

а) из 5 человек;

б) из 6 человек;

в) из 4 человек.

9. Продолжительность одного тайма в футболе

а) 30 минут;

б) 45 минут;

в) 60 минут.

10. Какое количество замен футболистов разрешено правилами соревнований в одной игре

а) 3;

б) 5;

в) без ограничений.

Календарный план воспитательной работы

№	Название события, мероприятия	Месяц	Форма работы	Практический результат и информационный продукт
1.	Школа русской традиционной культуры - как система воспитания обучающихся через народное творчество	<i>в течение учебного года</i>	экскурсии в музеи народного творчества	Фотоотчет в ВК
2.	Мероприятия, посвященные «Дню России»	Июнь	Творческий вечер, флешмоб	Фотоотчет в ВК
3.	Творческий проект «День Учителя»	Октябрь	Подготовка проекта открытки, распределение заданий, съемка видео-открытки	Фотоотчет в ВК
4.	Память сердца» из цикла мероприятий, посвященных Дням воинской славы:	<i>в течение учебного года</i>	<i>выставки творческих работ обучающихся; ретроспективный показ фильмов о войне</i>	Фотоотчет в ВК
5.	Творческий проект ко Дню народного единства	Ноябрь	Подготовка сценария, распределение ролей, съемка видеоролика	Фотоотчет в ВК
6.	Возложение цветов к Вечному огню в День защитников Отечества	Февраль	Сбор и подготовка к мероприятию	Фотоотчет в ВК
7.	Конкурс рисунка: День Государственного герба РФ	30 ноября	Подготовка проекта открытки, распределение заданий, съемка видео-открытки	Фотоотчет в ВК
8.	Мероприятия, посвященные «Дню русского языка»	Июнь	Викторины	Фотоотчет в ВК

9.	Творческий проект ко Дню защитника Отечества	Февраль	Подготовка проекта открытки, распределение заданий, съемка видео-открытки	Фотоотчет в ВК
10.	Творческий проект к Международному женскому дню «Любимым мамочкам и бабушкам»	Март	Подготовка проекта открытки, распределение заданий, съемка видео-открытки	Фотоотчет в ВК
11.	Изучение истории, культуры и традиций Российского государства, а также государственных символов РФ	<i>в течение учебного года</i>	Беседы, творческие задания	Фотоотчет в ВК
12.	Творческий проект «Самара- космическая столица» (ко Дню Космонавтики)	Апрель	Тематические занятия в группах, посещение музея космонавтики в Самаре	Фотоотчет в ВК
13.	Творческий проект «Наш «Бессмертный полк»	Май	Подготовка проекта ролика, распределение заданий, съемка видео-открытки	Фотоотчет в ВК
14.	Праздник «Здравствуй, лето!» ко Дню защиты детей	Июнь	Подготовка сценария, распределение заданий, проведение студийного праздника	Фотоотчет в ВК
15.	Всемирный день ребенка	Июнь	Беседа: «Я знаю свои права и обязанности»	Фотоотчет в ВК