

Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

Программа составлена для группы начальной подготовке третьего года обучения.

Актуальность программы заключается в том, что именно система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по футболу отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Данная программа дает возможность развивать педагогические и оздоровительные задачи, продуктивно осваивать физические нагрузки, усиливает мотивацию и интерес к занятиям.

**Отличительные особенности** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» заключаются в том, что данная программа позволяет в условиях Детско-юношеской спортивной школы через дополнительное образование расширить возможности образовательной области «Физической культуры». Программа ориентирована на развитие творческого потенциала и физических способностей обучающихся разных возрастных групп. Содержание программы является основой для развития двигательных умений и навыков. Программа имеет четкую, содержательную структуру на основе постепенной (от простого к сложному) многолетней подготовки реализации задач. Программа содержит научно обоснованные рекомендации по структуре и организации тренировочного процесса подготовки на этапе начальной подготовке 3 года обучения.

**Адресат программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей в возрасте 14-17 лет. Принимаются все желающие, имеющие медицинскую справку о состоянии здоровья.

**Объем и срок освоения программы**

Срок освоения программы – 11 месяцев.

На полное освоение программы требуется 414 часов, включая индивидуальные консультации, соревнования спортивные сборы, спортивные мероприятия.

**Формы обучения**

Форма обучения – очная.

**Особенности организации образовательного процесса**

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает групповые занятия с детьми. Наполняемость группы от 15- 20 человек.

 **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.**

Общее количество часов в год – 414 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 9 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю. По запросу участников образовательного процесса часы занятий могут меняться.

**Практическая значимость** программы заключается в приобщении обучающихся к систематическим занятиям физической культурой, формировании внутренних мотивов физического совершенствования, в возможности овладевать «играючи» новыми двигательными умениями и навыками, утверждении паритета между оздоровительно-тренировочной направленностью занятий в секции, и её направленностью на развитие личности обучающегося.

Цель программы: содействие формированию разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья.

Задачи программы:

**Образовательные задачи:**

1. Обучение основным двигательным действиям.
2. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта, техническими действиями и приемами игры в футбол.
3. Освоение знаний об истории и современном развитии футбола, роли и формировании здорового образа жизни.
4. Обучение навыкам и умениям игры в футбол.

 **Оздоровительные задачи:**

1. Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.
2. Повышение уровня разностороннего физического развития, закаливание.
3. Формирование правильной осанки, профилактика плоскостопия.
4. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены.

 **Воспитательные задачи:**

1. Нравственное воспитание в процессе занятий.
2. Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.
3. Достижение высокого возрастного уровня воспитания физических качеств.
4. Воспитание чувства товарищества, взаимопомощи.
5. Подведение занимающихся к выполнению уровней физической подготовленности.

**Основные формы и методы**

Формами организации учебно – тренировочной работы являются групповые занятия, теоретические занятия, участие в соревнованиях.

Основной формой проведения занятия является тренировочный урок.

Тренировочный урок делится на три части.

**Подготовительная часть** включает в себя организационные моменты, изложение нового материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого учащегося на данное занятие.

**Основная часть** – практическая работа обучающихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала, отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы профессиональной деятельности.

**Заключительная часть** – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов. Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе. Широко используется игровая форма, которая придает смысл обучению, мотивирует обучающихся. Это позволяет в увлекательной и доступной форме пробудить интерес обучающихся к занятиям спортом.

**Механизм оценивания образовательных результатов**

1. Уровень теоретических знаний.

Специальные знания проверяются систематически при помощи контрольных бесед во время практических тренировочных занятий, для чего выделяется время (5-10 мин).

2. Уровень практических навыков и умений.

Выполнение контрольных нормативов по общефизической

- не выполнил - более половины нормативов не выполнены.

- выполнил - 2/3 нормативов выполнены или показаны лучшие результаты.

**Формы подведения итогов реализации программы.**

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс, проводится текущая аттестация в виде тестирования, знаний освоения программы. Итоговая аттестация проводится по окончанию освоения программы.

**Итоговая аттестация**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№/п** | **Виды испытаний (тесты)** | **Нормативы** |
| **Обязательные испытания (тесты)** |
| 1 | Бег 60м (сек) | 10.2 | 10.4 | 10.6 |
| 2 | Бег на 1 км (мин, с) | 4.20 | 3.50 | 3.30 |
| 3 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | 6 | 9 | 12 |
| 4 | Или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) | 25 | 35 | 45 |
| 5 | Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу | Касание пола пальцами рук | Касание пола пальцами рук | Достать пол ладонями |

**Планируемые результаты**

В процессе обучения: текущая аттестация (поэтапное освоение программы с контрольными упражнениями по ОФП и СФП); промежуточная аттестация (проверяется уровень освоения детьми программы за первое полугодие); итоговая аттестация проверяется уровень освоения программы по окончании всего курса обучения).

Требования к уровню подготовки обучающиеся:

В результате освоения программы обучающиеся должны:

***1. Знать/понимать термины и понятия по темам:***

1. Об особенностях зарождения и истории футбола.

2. Тактико-технических приемах игры по футболу.

3. О физических качествах и правилах их тестирования.

4. О причинах травматизма при занятиях футболом и правилах их предупреждения.

5. Знать основы судейства.

***2. Уметь:***

1. Выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом.

2. Владеть тактико-техническими приемами футбол.

3. Уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также с группой товарищей.

4. Организовать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

***3. Требования к уровню подготовки овладения обучающимися двигательными навыками:***

**Учебный план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **п/п** | **Разделы подготовки** | **Количество часов** | **Всего** |
| **Практика** | **Теория** |
| 1. | Теоретическая подготовка | - | 8 | 8 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 234 | 5 | 239 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 74 | 3 | 77 |
| 4. | Техническая подготовка | 31 | 4 | 35 |
| 5. | Тактическая подготовка | 17 | 2 | 19 |
| 6. | Интегральная подготовка | 8 | 2 | 10 |
| 7. | Соревнования | 20 |  | 20 |
| 8 | Контрольные испытания | 6 |  | 6 |
| **9.** | **ИТОГО:** | **390** | **24** | **414** |

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

(414 часов, 9 часов в неделю)

**Теоретическая подготовка (8 часов).**

Физическая культура и спорт в России. История возникновения футбола в России и развитие его. Разрядные нормы и требования по футболу. Техника безопасности при занятиях спортом. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Гигиена: общее понятие о гигиене. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, ногами. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.

**Общая физическая подготовка (239 часов).**

Решающую и основополагающую роль в подготовке футболистов играет физическая подготовка. Система физической подготовки включает в себя два неразрывно связанных элемента: общую и специальную подготовку. Под общей подготовкой понимают процесс, направленный на достижение высокой степени развития физических качеств (силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости). Общая подготовка направлена на совершенствование деятельности определенных органов и систем организма человека, повышение их функциональных возможностей. Общая подготовка имеет направленность на создание своеобразных резервов организма для их использования в необходимых случаях. Основной задачей занятий по общей физической подготовке является укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие занимающихся. Для развития физических качеств, применяются следующие виды упражнений для занятий по ОФП:

- Строевые упражнения: команды для управления строем.

- Общеразвивающие упражнения без предметов: упражнения для рук, мышц шеи, плечевого пояса, туловища, ног, упражнения с сопротивлением.

- Общеразвивающие упражнения с предметами: упражнения с набивными мячами, с гантелями, с короткой и длинной скакалкой, с малыми мячами.

- Акробатические упражнения: кувырки вперёд, назад, перекаты, перевороты.

- Подвижные игры и эстафеты: игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию, эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий.

- Лёгкоатлетические упражнения: бег на 30, 60, 100м. Кроссы до1000 м, 6- минутный бег; прыжки в длину и высоту с места и с разбега, многоскоки, метание мяча.

- Спортивные игры: волейбол, баскетбол (по упрощённым правилам).

 **Специальная физическая подготовка (77 часов)** - это профессиональная подготовка, которая имеет целью добиться результатов деятельности с минимальной затратой накопленных резервов организма. Специальная физическая подготовка (СФП) - физические упражнения, направленные на развитие и совершенствование специальных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости, прыгучести, участие в групповых соревнованиях по развитию физических качеств, совершенствование в избранном виде спорта.

 Упражнения для занятий по СФП:

- Упражнения для развития скорости: упражнения для развития стартовой скорости; по сигналу рывки на 5-10 м из различных исходных положений; стоя, лицом и т.д.; эстафеты с элементами старта; бег с быстрым изменением способа передвижения, с изменением направления (до 180°), бег с изменением скорости, «челночный бег»: 2х10, 4х5 и т.п.

 Для вратарей: рывки из ворот (на 5-15м) на перехват или отбивание высоко

летящего мяча, на прострел мяча, рывки на 2-3 м из различных положений с последующей ловлей или отбиванием мяча, ловля теннисного мяча; подвижные игры.

- Упражнения для развития дистанционной скорости: бег змейкой между стойками, бег прыжками, эстафетный бег, обводка препятствий (на скорость), переменный бег на дистанцию 50-100м (15-20 мин с макс. скоростью, 10-15 м медленно и т.д.).

- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Приседание с отягощением (гантели, набивными мячами) с последующим быстрым выпрямлением. Прыжки на одной ноге. Спрыгивание (40-80 см) с последующим прыжком вверх. Эстафеты с элементами бега, прыжков, переноса тяжестей. Вбрасывание набивного мяча на дальность, удары на дальность. Толчки плечом партнера, борьба за мяч.

 Для вратарей: отталкивание от стены ладонями, пальцами, сгибание рук в лучезапястных суставах, с гантелями с кистевыми амортизаторами, сжимание теннисного мяча, ловля и броски набивного мяча (бросаемого одним или двумя партнерами с разных сторон), из упора лёжа — хлопки ладонями, прыжки в сторону с толканием двумя ногами, приставными шагами и с отягощением.

- Упражнения для развития специальной выносливости: переменный бег, кроссы, многократно повторяемые технико-тактические упражнения (повторные рывки с мячом с обводкой стоек, ударом по воротам). Игровые упражнения с мячом большой интенсивностью, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью.

 Для вратарей: ловля мяча с падением, при выполнение ударов по воротам с минимальным интервалом 3-5 игроками.

- Упражнения для развития ловкости: прыжки с разбега толком одной и обеими ногами, доставая высоко повешенный мяч головой, руками, ногой. Прыжки вверх с поворотом с имитацией удара головой, ногами. Кувырок вперед и назад, в сторону через плечо. Комбинированная эстафета с преодолением препятствий. Жонглирование мячом. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Зигзагообразный бег.

 Для вратаря: прыжки с короткого разбега, доставая высоко повешенный мяч руками, кулаком, тоже с поворотом на 180°. Упражнения со скакалкой. «Колесо» с места, с разбега.

 **Техническая подготовка (35 часов)**.

 На возрастном уровне группы спортивно-оздоровительной направленности неправомерно требовать от детей четкого, технически безупречного выполнения конкретных заданий в упражнениях с мячом. Основными педагогическими принципами работы тренера-преподавателя являются последовательность и преемственность заданий и упражнений, переход от простого к сложному.

1.Техника передвижения.

- Бег обычный, спиной, скрестными, приставными шагами, бег по прямой, дугами с изменением скорости, направления.

- Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад и т.п. Толчком одной или двумя ногами с места или с разбега.

- Остановка во время бега выпадом и прыжком.

- Повороты переступание, прыжком на одной ноге; в стороны и назад, на месте и в движении.

 Для вратарей — прыжки в сторону с падением «перекатом».

 Техника владения мяча. Удары по мячу ногой.

- Удары внутренней и средней частью подъёма по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Удары внешней частью подъема. Удары на точность. Удары по мячу головой.

- Удары на точность, в определённую цель на поле, удары серединой лба без прыжка в прыжке, с места, с разбега по летящему навстречу мячу.

 Остановка мяча.

- Подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча — на месте, в движении вперед и назад.

- Остановка бедром, грудью.

- Остановка с переводом в стороны, подготавливая мяч для следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

 Ведение мяча.

- Ведение внешней частью подъема (внутренней).

- Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой, кругу, меняя направление движения между стоек, движущимися партнерами, не теряя контроль за мячом. Обманные движения (финты).

- «Уход» выпадом (умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую).

- Финт «остановкой» мяча ногой (после остановки рывок с мячом).

- Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).

 Отбор мяча.

- При единоборстве с соперником находящемся на месте, применяя выбивание мяча ногой в выпаде. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.

- Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага.

- Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ходу партнеру.

 Техника игры вратаря.

- Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.

- Ловля летящего навстречу мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, с перекатом. Быстрый подъём с мячом после падения.

- Ловля катящегося мяча без падения и с падением.

- Ловля высоко летящего мяча в прыжке с места и с разбега.

- Отбивание мяча одной, двумя руками без прыжка и в прыжке, с места и с разбега.

- Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

- Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному), с рук (с воздуха) на точность.

 **Тактическая подготовка (19 часов)**.

 Особое место в процессе подготовки юных футболистов должно быть отведено воспитанию «тактической грамотности» футболистов.

 Цель тактической подготовки – дать футболисту те знания и умения, привить такие навыки и качества, которые способствовали бы успешной его деятельности в постоянно меняющихся условиях игры. Тактическое мастерство футболистов заключается в умении находить в течение игры наиболее эффективные способы решения постоянно и неожиданно возникающих игровых ситуаций. На начальном этапе обучения, когда футболисты только осваивают азы тактики, первостепенная задача тренера — научить их ориентироваться и взаимодействовать в парах и тройках. Для этого следует широко использовать не только игру в футбол, но и подвижные игры, и другие спортивные игры и упражнения.

 1. 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.

 2. 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 противником «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 противника флангом и через центр.

 3. Тактика вратаря: уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара»; разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру; занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударе вблизи своих ворот.

 **Интегральная подготовка (10 часов)**.

 Интегральная подготовка направлена на координацию и реализацию в соревновательной деятельности различных составляющих спортивного мастерства — технической, тактической, физической, теоретической подготовленности. Его цель — обеспечить слаженность и эффективность комплексного проявления всех многообразных составляющих, которые в совокупности определяют успешность соревновательной деятельности.

 **Соревнования (20 часов).**

 Участие в соревнованиях - необходимое условие проверки и совершенствования моральных, волевых качеств, повышения уровня спортивного мастерства. В процессе обучения обучающимися изучаются теоретические материалы по данному разделу программы. По окончанию соревнований тренер-преподаватель проводит разбор прошедших поединков участников соревнований. Проводит объяснение и показ техник борьбы. Учит находить ошибки в технике соперника. Выявляет положительные и отрицательные стороны поединка, причины недостатков. Обучающиеся приобретают на учебных занятиях, соревнованиях начальные навыки работы в качестве помощника тренера-преподавателя и судьи.

**Контрольные испытания (6 часов).**

Итоговая аттестация по окончанию освоения программы.

**Календарный учебный график**

Количество учебных недель – 46 недель.

Даты начала и окончания учебного периода: с 1 сентября по 15 июля.

Продолжительность каникул; 1 неделя в Новогодние праздники и 6 недель в летний период.

Государственные праздники: 4 ноября 2020 г., 1-8 января 2021 г., 22-24 февраля 2021 г., 7-9 марта 2021 г., 1- 5 мая 2021 г., 9-11 мая 2020 г., 12 -14 июня 2021 г.

Число и продолжительность занятий в день – 3 по 45 мин. с учетом перерыва 10 мин. между занятиями. Число занятий в неделю - 9.

**Организационно-педагогические условия реализации дополнительной общеразвивающей программы**

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Устав МАУ ДО ДЮСШ, правила внутреннего распорядка обучающихся МАУ ДО ДЮСШ, локальные акты МАУ ДО ДЮСШ. Указанные нормативные основания позволяют образовательному учреждению разрабатывать образовательные программы с учетом интересов и возможностей обучающихся.

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

-учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;

-вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);

-формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;

-формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

**Материально-технические и кадровые условия**

Спортивный зал, соответствующий санитарным нормам СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» Пространственно-предметная среда (наглядные пособия и др.).

Кадровые: Тренер – преподаватель.

Материально-технические:

Для реализации образовательной программы используются:

-спортивный зал ФОК МАУ ДО ДЮСШ, городской стадион «Неман»;

-спортивный инвентарь;

-специализированный футбольный инвентарь.

**Материально – техническое обеспечение**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nп/п | Наименование | Единица измерения | Количество изделий |
| **Оборудование и спортивный инвентарь.** |
| 1. | Сетка на ворота | комплект | 2 |
| 2. | Мяч футбольный | штук | 15 |
| **Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь.** |
| 3. | Мячи мини-футбольные | комплект | 15 |
| 4. | Форма футбольная | штук | 18 |
| 5. | Стойки для обводки | штук | 10 |
| 6. | Манишки | штук | 10 |
| 7. | Фишки тренировочные  | штук | 30 |
| 8. | Насос для накачивания мячей  | штук | 2 |
| 9. | Барьер тренировочный | штук | 10 |
| 10. | Скакалки | штук | 10 |
| 11. | Сетка для мячей | штук | 20 |

**Оценочные и методические материалы**

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

-Теория.

-Практика.

-Контрольные нормативы, соревнования.

**Методическое обеспечение**

**Средства обучения**

-Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения.

-Подготовительные упражнения.

-Игры.

-Упражнения для обучения техники двигательного действия.

**Методы организации обучающихся**

-Фронтальный метод.

-Поточный метод.

-Метод групповых занятий.

-Круговой метод.

-Метод индивидуальных заданий.

**Методы овладения спортивной техникой**

-Метод слова – беседы, лекции, объяснения, образные объяснения.

-Метод показа – демонстрация в целом, по деталям, в целом.

-Метод непосредственной помощи тренера – преподавателя – обучение исходным положениям, позам, элементам техники.

**Информационное обеспечение программы.**

**Интернет-ресурсы:**

1. <http://pculture.ru/sekcii/football/video-uroki/football-video-urok-komandnaya-igra-football/>
2. <https://vk.com/Football39>

**Список литературы**

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.
3. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
4. Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

**Для педагога дополнительного образования.**

1. Футбол; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. - 360 c.
2. Футбол; АСТ, Астрель, Харвест - Москва, 2010. – 141 c.
3. Футбол для всех; ТВТ Дивизион - Москва, 2012. – 889 c.
4. Методика обучения игре в футбол; Человек - Москва, 2009. – 271 c.
5. Беляев А. В., Булыкина Л. В. Футбол: теория и методика тренировки.
6. ТВТ Дивизион - Москва, 2011. - 176 c.
7. Клещев Ю. Н. Футбол. Подготовка команды к соревнованиям; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. - 208 c.
8. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол; Просвещение - Москва, 2012. – 649 c.
9. Кунянский В. А. Футбол. О некоторых аспектах игры и судейства; ТВТ Дивизион - Москва, 2009. – 476 c.

**Для обучающихся и родителей.**

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России.-15-е издание. В. С. Родиченко и др. - М, ФиС 2005.144 с.
2. Клещев Ю.Н. Юный футболист. М.: Физкультура и спорт. 1989.
3. Фурманов А.Г. Футболист на лужайке, в парке, во дворе. М.: Физкультура и спорт. 1982.