

АНГАРСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ
МБОУ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №32»

«Рассмотрено»
на Методическом совете
Протокол №1 от 30.08.2023 г

«Утверждено»
Директор МБОУ «СОШ №32»
Л.А.Грузинцева
Приказ №193 от 31.08.2023 г.

ПРОГРАММА
Дополнительного образования
МИНИ-ФУТБОЛ 7-18 лет

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Владелец: Грузинцева Лидия Анатольевна
Организация: МБОУ «СОШ № 32»
Сертификат a0 06 aa cc bb 54 9b 6e fa 37 41 04 c5 05 86 6f 6e b5 db 02
Действителен с 23 августа 2023 по 15 ноября 2024

Пояснительная записка

Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка, что нашло отражение в Национальной доктрине образования в Российской Федерации, Федеральной программе развития образования. В Концепции модернизации российского образования подчеркнута важнейшая роль учреждений дополнительного образования детей, как одного из определяющих факторов развития склонностей, способностей и интересов, социального и профессионального самоопределения детей и молодежи.

Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни. Воспитание спортивного резерва нации осуществляется не только за счет увеличения количества спортивных школ, но и за счет развития других форм внеклассной и внешкольной работы с детьми, создания физкультурно-оздоровительных и спортивных секций и клубов в учреждениях общего и профессионального образования.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ, а также в соответствии с основными нормативными и программными документами в области образования РФ и Иркутской области:

- ФЗ «Об образовании» № 273-ФЗ;
- санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.1251-03;
- примерные требования к программам дополнительного образования детей (письмо Департамента молодежной политике, воспитания и социальной защиты Минобрнауки России от 11.12.2006 г.)

Учебные занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно-массовых мероприятий, соревнований, бесед, спортивных игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования.

В данную программу заложены следующие принципы:

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей обучающихся;
- принцип доступности, последовательности.

При реализации данной программы педагог должен отвечать следующим требованиям:

- знать теорию и практику мини-футбола, учитывать возрастные и индивидуальные особенности обучающихся, основы физиологии, психологии, педагогики, методики спортивной тренировки, а также проведения спортивных игр;
- уметь убеждать, увлекать детей;
- уважительно относиться к обучающимся, заботиться о их здоровье;
- применять современные методы обучения, направленные на развитие способностей обучающихся.

Данная программа создает условия для приобретения общих (универсальных) способов действия (способностей и умений), позволяющих обучающемуся понимать ситуацию, достигать результатов в разных видах деятельности, что составляет основу (сущность) компетентностного подхода в дополнительном образовании. Программа направлена на становление следующих ключевых компетентностей:

- познавательная компетентность (способность к обучению в течение всей жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте; комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения);

- коммуникативная компетентность (владение различными средствами устного общения; выбор адекватных ситуациям форм вербального и невербального общения; владение способами презентации себя и своей деятельности);
- организаторская компетентность (планирование и управление собственной деятельностью; способность принимать ответственность за собственные действия; владение способами совместной деятельности);
- специальная компетентность (способность быстрого реагирования и быстрого принятия решений в условиях дефицита времени, формирование базовой техники игровых приемов).

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся являются:

- овладение теоретическими знаниями и навыками;
- выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов.

Направленность программы

Программа имеет **спортивно-физкультурную** направленность и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- создавать эмоционально-значимую среду для развития обучающихся и переживания ими «ситуации успеха»;
- способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития обучающихся в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются:

- демократизация учебно-воспитательного процесса;
- формирование здорового образа жизни;
- саморазвитие личности;
- создание условий для педагогического творчества;
- поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими спорта.

Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Актуальность программы обусловлена тем, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля обучающихся и помогает им в профессиональном самоопределении.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации, сохранение и культивирование уникальности личности несовершеннолетних граждан города Ангарска, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности обучающегося.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного контингента подростков и молодежи, такие как:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;

- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

Цели и задачи

Основной целью программы является: приобщить обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучить практическим навыкам и теоретическим знаниям в области уличного футбола;
- познакомить и обучить технике и тактике стрит-соккера

Развивающие:

- развивать двигательные качества: силовую выносливость, координацию движений, гибкость, маневренность

Воспитательные:

- формировать духовно – нравственные качества личности, способствовать активизации жизненной позиции;
- способствовать становлению социо-культурного самосознания и поведения в обществе;
- формировать потребность в саморазвитии, трудолюбию;
- воспитать физическую культуру, готовность к самостоятельному выбору в пользу здорового образа жизни;
- пропагандировать семейные ценности и здоровый образ жизни;
- воспитать волю, целеустремленность личности.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной программы является то, что данный вид спорта нацелен на массовость и доступность, он не требует материальных затрат.

Возраст детей, сроки реализации и режим занятий

Программа рассчитана на обучающихся (мальчиков и девочек) от 7 до 18 лет. Количественный состав группы не более 12 человек (команда от 6 до 8 человек).

Программа составлена на три года обучения и обеспечивает непрерывность дополнительного образования. Она построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. Учебный курс проводится с 10 сентября по 25 мая.

Занятия с обучающимися проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, общее количество часов в год - 210.

Учебные занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно-массовых мероприятий, соревнований, бесед, спортивных игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования.

Ожидаемые результаты

Формой подведения итогов реализации общеразвивающей программы являются соревнования и показательные выступления. Все показатели заносятся в дневники обучающихся, с помощью которых отчетливо прослеживается результат работы.

По окончании обучения обучающиеся будут знать:

- основные приемы техники игры;
- структуру построения занятий;
- индивидуальные способы контроля за самочувствием;
- правила личной гигиены, профилактику травматизма;
- основы общефизической и специальной подготовки будут уметь:
- выполнять основные приемы техники игры на уровне умений и навыков;
- анализировать индивидуальные и групповые тактические действия;
- определять игровое амплуа;
- демонстрировать общую физическую подготовленность (гибкость, ловкость, скоростно-силовые способности);
- выполнять тактику командных действий.

Реализация образовательной программы предполагает повышение социального статуса здорового образа жизни среди учащихся, развитие индивидуальности через создание среды, через освоение детьми физических движений, теоретических знаний. Важно не только усвоить, накопить в своей памяти некий объем информации, умений и навыков, но также овладеть умением, использовать его, воспроизводить в своей жизни.

Показателями эффективности программы являются:

- снижение заболеваемости (в динамике) обучающихся;
- повышение уровня физической подготовленности воспитанников (прирост показателей развития физических качеств в динамике);
- стабильность физической и умственной работоспособности во всех сезонных периодах;
- успешное развитие (в пределах возрастной нормы) основных психических процессов;
- сформированная потребность в движениях (умение самостоятельно организовать и провести подвижную игру, заниматься физическими упражнениями, по назначению использовать спортивный инвентарь);
- использование полученных знаний и сформированных умений в изменяющихся условиях.

Формы выявления, фиксации и предъявления результатов

Основными показателями выполнения программы по уровню подготовленности учащихся являются:

- участие в соревнованиях по возрастным группам;
- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- овладение теоретическими знаниями и практическими навыками;
- выполнение нормативных требований по присвоению спортивных разрядов

Учебно-тематический план 1 года обучения

№ п/п	Разделы программы	Общ. кол-во часов	Теория	Практика
1.	Введение в программу	2	2	
2.	Гигиена на занятиях	8	8	
3.	Общая физическая подготовка	58		56
4.	Специальная физическая подготовка	30		30
5.	Техническая подготовка	42		42
6.	Двусторонние игры	38		38
7.	Участие в соревнованиях	28		28
8.	Сдача контрольных нормативов	4		4
9.	Итоговое занятие	2		2
	Всего:	210	10	200

Содержание программы 1 года обучения

1. Вводное занятие.

Теория.

Знакомство с детьми. Правила поведения.

Инструктаж по технике безопасности на занятиях.

Соблюдение правил безопасной работы на стадионе и в спортивном зале.

2. Гигиена на занятиях.

Теория:

Спорт и здоровье. Соблюдение гигиены спортсменом. Распорядок дня юного футболиста.

Правила мини-футбола.

3. Общая физическая подготовка (ОФП).

Практика:

Упражнения на развитие общей выносливости, ловкости, силы и быстроты.

Бег 30 м (сек.) – 5,2

Бег 300 м (сек) – 60

Прыжок в длину с места (см) – 160

Тройной прыжок (см) – 450

4. Специальная физическая подготовка (СФП).

Практика.

Различные виды бега, упражнения на координацию движения, челночный бег. Перемещение по футбольному полю, площадке.

Бег 30 м ведением мяча (сек) – 6,1

Вбрасывание мяча руками (м) – 12

Удар по мячу на точность (раз) – 6

Жонглирование мячом (раз) – 40

5. Техническая подготовка.

Практика.

Ведение мяча, передачи, удары по мячу на месте и в движении, остановка мяча, жонглирование мячом.

6. Двусторонние игры.

Практика.

Игры между группами.

7. Участие в соревнованиях для приобретения соревновательного опыта в мини-футболе.

8. Сдача контрольных нормативов с целью контроля физической подготовленности обучающихся.

9. Контроль ЗУН (итоговое занятие)- подведение итогов обучения. Выявление результатов, достигнутых во время учебного года.

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ п/п	Разделы программы	Общ. кол-во часов	Теория	Практика
1.	Введение в программу	4	4	
2.	Гигиена на занятиях	6	6	
3.	Общая физическая подготовка	40		40
4.	Специальная физическая подготовка	38		38
5.	Техническая подготовка	40		40
6.	Двусторонние игры	36		36
7.	Участие в соревнованиях	40		40
8.	Сдача контрольных нормативов	4		4
9.	Итоговое занятие	2		2
	Всего:	210	10	200

Содержание программы 2 года обучения

Теоретическая подготовка

Общая физическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Техническая подготовка

Тактическая подготовка

Тема 1. Основы безопасности.

Техника безопасности на тренировках. Соблюдение правил безопасности работы на стадионе и в спортивном зале.

Тема 2. Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый, народный характер спорта. Физическая культура в системе народного образования.

Тема 3. Сведения о строении и функциях организма человека.

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль ЦНС и деятельности организма. Влияние физических упражнений на организм занимающихся.

Тема 4. Морально-волевая подготовка спортсмена. Психологическая подготовка.

Моральные качества спортсменов, добросовестность, решительность, смелость, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, понятие о психологической подготовке спортсменов.

Тема 5. Правила игры.

Разбор правил. Права и обязанности игроков. Обязанности судей. Способы судейства.

Тема 6. Общая и специальная физическая подготовка.

Краткая характеристика средств общей и специальной физической подготовки, прилагаемых в процессе тренировочных занятий с юными футболистами. Взаимосвязь между развитием основных двигательных качеств. Важность разминки перед тренировкой и игрой.

Тема 7. Техническая подготовка.

Высокая техника владения мячом – основа спортивного мастерства. Основные недостатки в технике футболистов и пути их устранения.

Тема 8. Тактическая подготовка.

Тактика отдельных линий и игроков команды. Перспективы развития тактики игры.

Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание.

Теоретическая подготовка

Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам.

Значение разминки перед тренировкой.

Практическая подготовка

Строевые упражнения.

Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

Общеразвивающие упражнения без предметов

Упражнения для рук и плечевого пояса – сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки.

Упражнения для мышц шеи – вращение и повороты в различных направлениях.

Упражнения с сопротивлением. В парах – повороты и наклоны туловища. Приседания с партнером. Игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами

Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, наклоны, повороты.

Упражнения с малыми мячами – броски и ловля, ловля мячей на месте, в прыжке.

Акробатические упражнения

Кувырки вперед после разбега. Длинный кувырок вперед. Кувырки назад.

Легкоатлетические упражнения

Бег на 30:60:100 м. Многоскоки, прыжки в длину с места и с разбега.

Спортивные игры

Ручной мяч, баскетбол, флорбол (по упрощенным правилам)

Теоретическая подготовка

Место и роль специальной физической подготовки в решении задач по укреплению здоровья детей и подростков.

Круглогодичность занятий по специальной физической подготовке.

Практическая подготовка

Упражнения для развития быстроты

Упражнения для развития стартовой скорости

По сигналу рывки 5-10м из различных исходных положений. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам.

Упражнения для развития дистанционной скорости

Ускорение под уклон 3-5°. Бег змейкой между стойками. Переменный бег на дистанции 100-150 м (15-20м – с максимальной скоростью, 10-15м – медленно и т.д.), то же с ведением мяча. Бег с изменением направления.

Упражнения для развития ловкости и гибкости

Прыжки с короткого разбега толчком одной и обеими ногами.

Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводом стоек, обманными движениями.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств

Подскоки и прыжки после приседа. Спрыгивание (высота 30-40см) с последующим рывком.

Серия прыжков (по 4-8) толчком обеих ног в стороны.

Упражнения для развития специальной выносливости

Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же с ведением мяча.

Повторные рывки с мячом с последующей обводкой стоек и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Теоретическая подготовка

Высокая техника владения мячом – основа спортивного мастерства. Основные недостатки в технике юных футболистов и пути их устранения

Техника передвижения.

Практическая подготовка

Техника передвижения

Различные сочетания приемов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Удары по мячу ногой

Удары внутренней, средней, внешней частью подъема, внутренней частью стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему мячу. Удары носком и пяткой. Удары носком и пяткой.

Удары по мячу головой

Удары средней и боковой частью лба без прыжка и прыжке. Удары на точность на короткое расстояние.

Остановки мяча

Остановка подошвой, внутренней, внешней частью стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад.

Ведение мяча

Ведение изученными способами с увеличением скорости.

Обманные движения (финты)

«Ложный замах». Перенос ноги через мяч. Выполнение финтов в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Отбор мяча

Отбор мяча основной, в широком выпаде и подкате.

Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега.

Теоретическая подготовка

Тактика отдельных линий и игроков команды. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание и взаимосвязь.

Перспективы развития тактики игры.

Практическая подготовка

Тактика нападения

Индивидуальные действия

Определение игровой ситуации целесообразной для использования ведения мяча, выбор и способ направления ведения. Применение различных способов обводки.

Групповые действия

Взаимодействие двух и более игроков.

Уметь точно и своевременно выполнить передачу партнеру.

Умение выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях.

Тактика защиты

Индивидуальные действия

Уметь правильно выбирать позицию по отношению к противнику.

Умение оценить игровую ситуацию для перехвата (отбора) мяча.

Учебно-тематический план 3 года обучения

№ п/п	Разделы программы	Общ. кол-во часов	Теория	Практика
1.	Введение в программу	2	2	
2.	Гигиена на занятиях	6	6	
3.	Общая физическая подготовка	42		42
4.	Специальная физическая подготовка	40		40
5.	Техническая подготовка	38		38
6.	Двусторонние игры	30		30
7.	Участие в соревнованиях	46		46
8.	Сдача контрольных нормативов	4		4
9.	Итоговое занятие	2		2
	Всего:	210	8	202

Содержание программы 3 года обучения

Теоретическая подготовка

Общая физическая подготовка

Специальная физическая подготовка

Тактическая подготовка

Тема 1. Основы безопасности.

Техника пожарной безопасности в спортивном зале

Соблюдение пожарной безопасности. Правила эвакуации при пожаре.

Тема 2. Спорт и здоровье. Распорядок для юного футболиста.

Тема 3. Здоровый образ жизни.

Для чего нужна зарядка. Твой календарь здоровья. Соблюдение гигиены и распорядка для спортсмена. Беседы о вредных привычках, эффективность занятий спортом.

Тема 4. Основные правила питания.

Экология здорового питания. Значение питания как фактора борьбы за здоровье. Понятие о калорийности и усвояемости пищи.

Тема 5. Общая и физическая подготовка.

Значение физической подготовки в подготовке команд к соревнованиям. Контрольные нормативы по физической подготовке.

Тема 6. Техническая подготовка.

Анализ выполнения технических приемов и их применение в различных игровых ситуациях.

Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке.

Тема 7. Тактическая подготовка.

Значение тактических заданий, которые даются футболистам. Умение играть по плану-заданию. Зависимость тактического построения от тактики соперника.

Тема 8. Установка перед играми и разбор проведенных игр.

Значение, сведения о сопернике. Тактика игры команды и отдельных звеньев. Задания отдельным игрокам. Возможные изменения тактического плана в процессе игры. Разбор прошедшей игры. Анализ игры всей команды, отдельных звеньев и игроков.

Тема 9. Правила игры.

Разбор правил игры. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Роль судьи как воспитателя. Судейская практика. Судейство соревнований.

Практическая подготовка

Упражнения для мышц рук и плечевого пояса

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа

Упор лежа. Поочередное поднимание рук вверх.

Упор лежа. Одновременное поднимание рук и разноименной ноги назад.

Упор лежа сзади. Передвижение во всех направлениях, сгибая ноги.
В вися на перекладине – подтягивание (различными хватами).

Упражнения для мышц ног

Приседания:

- по всей стопе, на носки;
- ноги шире плеч;
- выпрыгивание вверх из приседа;
- ходьба и бег с высоким подниманием коленей;
- прыжок в длину с места;
- многоскоки, тройные, пятерные;
- прыжки через гимнастическую скамейку;
- прыжки через скакалку на двух ногах.

Упражнения для мышц брюшного пресса и спины

Поднимание туловища из положения лежа на спине.

Поднимание ног и нижней части туловища лежа на спине.

Наклон вперед в положении сидя с прямыми ногами.

Теоретическая подготовка

Значение специальной физической подготовки в подготовке команд к соревнованиям.

Контрольные нормативы по специальной физической подготовке.

Практическая подготовка

Упражнения для развития силы.

Приседания с набивными мячами (вес 1-2кг).

Лежа на животе – сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора для укрепления мышц задней поверхности бедра.

Броски набивного мяча на дальность.

Вбрасывание набивного мяча на дальность.

Многочисленное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками.

Упражнения для развития выносливости

Переменный и повторный бег с ведением мяча.

Двусторонние игры с уменьшением по численности составов команд.

Игровые упражнения с мячом 3х3:3х2:4х2:3х1.

4. Техническая подготовка

Техника передвижения

Различные сочетания приемов техники передвижения с техникой владения мячом.

Удары по мячу ногой

Удары правой и левой ногой различными способами.

Резаные удары. Удары на точность, силу, дальность.

Удары по мячу головой

Удары по мячу средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке.

Удары по мячу головой в падении.

Остановки мяча

Остановка мяча изученными способами.

Остановка мяча грудью. Переводы мяча.

Ведение мяча

Ведение мяча различными способами, увеличивая скорость внешней частью стопы, внутренней частью стопы.

Вбрасывание мяча.

Обманные движения (финты)

Изучение финтов «уходом».

Отбор мяча

Отбор мяча изученными способами в выпаде, в подкате.

Отбор с использованием толчка плечом.

Вбрасывание мяча

Вбрасывание мяча на дальность и точность.

Техника игры вратаря

Ловля, отбивание, переводы мяча, без падения и в падении.

Теоретическая подготовка

Тактика игры в нападении, тактика игры в защите. Зонная защита.

Тактические комбинации.

Тактические комбинации при стандартных положениях.

Практическая подготовка

Тактика нападения

Индивидуальные действия

Упражнения для своевременного «открывания» для получения мяча. Взаимодействия с партнером во время атаки. Умение выбрать из нескольких возможных решений данной игровой ситуации наиболее правильное и рационально использовать изученные технические приемы.

Групповые действия

Взаимодействие с партнерами при организации атаки с использованием передач: на ход; в ноги; коротких, средних, длинных, продольных, поперечных.

Командные действия

Взаимодействия с партнерами, а также внутри линий и между ними.

Тактика защиты

Индивидуальные действия

Умение «закрывать», «перехватать» и отбора мяча.

Групповые действия

Умение правильно выбирать позицию и страховки.

Командные действия

Организация обороны против быстрого и постепенного нападения, с использованием зонной защиты. Быстрое перестроение от обороны к началу и развитию атаки.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	10.09	25.05	35	210	3 раза в неделю
2 год	10.09	25.05	35	210	3 раза в неделю
3 год	10.09	25.05	35	210	3 раза в неделю

Методическое обеспечение программы

Методы и приемы организации образовательного процесса:

- наглядные: показ, частичный показ, имитация, зрительные, слуховые ориентиры;
- словесные: название упражнений, объяснение (словесная инструкция), описание, анализ движения, команда, распоряжения, пояснения, установка на мысленное воспроизведение упражнения, проговаривание слов, помогающих осмыслить пространственные ориентировки, счет, краткие индивидуальные указания, оценка, рассказ, вопросы, беседа;
- практическо-ориентированная деятельность: повторение упражнений без изменений и с изменениями, проведение упражнений в игровой форме, проведение упражнений в соревновательной форме, выполнение заданий, упражнений в различных условиях.

Формы организации занятий

Основными формами проведения занятий являются:

- коллективная (фронтальная)
- беседа;
- игра;
- индивидуальная.

Условия реализации программы:

Для успешной реализации программы необходимо: спортивная площадка (с мая по сентябрь месяцы), спортивный зал (с сентября по май месяцы), инвентарь, необходимый для занятий ОФП и СФП: мячи, конусы, фишки, гантели, маты, скакалки, обручи, тренажеры.

Список литературы

Список литературы, использованной при составлении программы

1. Андрей Аршавин. Мы сделали это! История великой победы: моногр. . - М.: Проспект, 2008. - 208 с.
2. Винокуров, О. В. Пеле: моногр. / О.В. Винокуров. - М.: Книжный клуб, 2001. - 136 с.
3. Владимир, Малов Тайны знаменитых футболистов / Малов Владимир. - М.: Оникс-ЛИТ, 2008. - 636 с.
4. Гиффорд, Клайв Все о футболе / Клайв Гиффорд. - М.: АСТ, Астрель, Кладезь, 2006. - 108 с.
5. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов / К. Гриндлер, Х. Пальке, Х. Хеммо. - М.: Физкультура и спорт, 2012. - 256 с.
6. Добронравов, Игорь Алексей Хомич. Биографический очерк / Игорь Добронравов. - М.: Книжный клуб, 2002. - 411 с.
7. Догановский, Дмитрий Zenit: история в лицах / Дмитрий Догановский. - М.: Иван Федоров, 2004. - 456 с.
8. Калянов, Г. Н. Московская футбольная лига 1910-1922 / Г.Н. Калянов. - Москва: Машиностроение, 2014. - 300 с.
9. Коробейник, А. В. Футбол. Самоучитель игры / А.В. Коробейник. - Москва: СПб. [и др.] : Питер, 2000. - 320 с.
10. Лекух, Дмитрий Мы к вам приедем... / Дмитрий Лекух. - М.: Ад Маргинем, 2014. - 255 с.
11. Малов, В. И. 100 великих футболистов / В.И. Малов. - М.: Вече, 2004. - 432 с.
12. Малов, Владимир Игоревич 100 великих футбольных клубов / Малов Владимир Игоревич. - М.: Вече, 2012. - 357 с.
13. Михалевский, В. И. Футбол как социально-педагогическая система. Методология, методика, управление / В.И. Михалевский. - М.: Физическая культура, 2010. - 112 с.
14. Правила игры в футбол. - М.: АСТ, Астрель, 2001. - 112 с.
15. Рабинер, Игорь EURO-2008. Бронзовая сказка России / Игорь Рабинер. - М.: Олма Медиа Групп, 2008. - 448 с.
16. Талиновский, Б. Звезды мирового футбола / Б. Талиновский. - М.: Фактор, 2011. - 195 с.
17. Хлеба и зрелищ. - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 495 с.
18. Чирва, Б. Г. Футбол. Базовые элементы тактики зонного прессинга: моногр. / Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 356 с.
19. Чирва, Б. Г. Футбол. Тренировка "техники игровых эпизодов", начинающих после остановки игры: моногр. / Б.Г. Чирва. - М.: Дивизион, 2015. - 200 с.
20. Чирва, Б.Г. Футбол. Предыгровая разминка профессиональных футболистов / Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2011. - 967 с.
21. Швыков, И. А. Подготовка вратарей в футбольной школе / И.А. Швыков. - М.: Терра-Спорт, 2005. - 435 с.
22. Яременко, Н. Н. Главные спортивные события - 2012 / Н.Н. Яременко. - М.: Эксмо, 2012. - 182 с.
23. Яременко, Николай Всё о самом грязном чемпионате Европы по футболу 2012: моногр. / Николай Яременко. - М.: "Издательство АСТ", 2012. - 366 с.

Список литературы, использованной при реализации программы

1. Бенгсбо, Йенс Оборонительная тактика в футболе / Йенс Бенгсбо , Биргер Пейтерсон. - М.: Олимпийская литература, 2012. - 164 с
2. Гиффорд, Клайв Все о футболе / Клайв Гиффорд. - М.: АСТ, Астрель, Кладезь, 2006. - 108 с.
3. Голомазов, С. В. Футбол. Универсальная техника атаки / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: Дивизион, 2006. - 680 с.

Список литературы, рекомендованной обучающимся и родителям

1. Малов В.И. Тайны великих спортсменов.- М.: Оникс, 2008.
2. Чирва, Б. Г. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов / Б.Г. Чирва. - Москва: Наука, 2008. - 336 с.
3. Симаков, В. И. Игра в "стенку" / В.И. Симаков. - М.: Советская Россия, 2015. - 255 с.