

**Содержание программы:**

1. Пояснительная записка………………………………………………………………………………………. 2-4  
2. Содержание программы……………………………………………………………… 5  
3. Календарный график…………………………………………………………………………………………6-11   
4. Диагностический инструментарий……………………………………………………………………………. 12  
5. Методическое обеспечение программы………………………………………………………………………………….. 13-14  
6. Условия реализации программы………………………………………………………………………………….. 15  
7. Список литературы………………………………………………………………………15

**1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Сегодня дополнительное образование студентов 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 студента, 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.

Физкулътурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации и 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.

Программа разработана в соответствии с:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 14.12.2007 № 329-ФЗ;

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказа Минспорта России от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Программа имеет спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

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

Ведущими ценностными приоритетами программыявляются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие студенческой спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

**Актуальность**данной программы дополнительного образования в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных студентами в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

**Новизна программы состоит** в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивирование уникальности личности граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности студента посредством клубной деятельности по интересам.

**Педагогическая целесообразность** данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

* личностная ориентация образования;
* профильность;
* практическая направленность;
* мобильность;
* разноуровневость;
* реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности студентов.

**Цель программы:** приобщить студентов к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

**Задачи программы:**

1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие студентов.

2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.

3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.

4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

5. Формирование потребности ведения здорового образа жизни.

6. Проведение профориентации.

Основными **формами** учебного процесса в группах являются:

- теоретические и групповые практические занятия,

- соревнования, учебные, тренировочные и товарищеские  игры,

- педагогическое тестирование.

Основные **методы** работы со студентами: словесный, наглядный, метод строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

**Срок реализации дополнительной образовательной программы** – 1 год.

Данная программа предназначена для студентов **возраста** 17 лет и старше.

**Режим занятий**:

-в группах специальной физической подготовки — не более З часов;

**Занятия проводятся в форме**  тренировки, теоретической подготовки, учебных игр, товарищеских встреч, соревнований.

- массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)

В данную программу заложены следующие принципы:

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей студента;

- принцип доступности, последовательности.

Отличительной особенностью содержания данной программы от программ специализированных спортивных школ является количество часов и  адаптация к клубным условиям работы на массовость, не на спортивное мастерство.

Педагог должен отвечать следующим требованиям:

- знание теории и практики футбола, возрастных основ теории спортивной тренировки, биомеханики, физиологии, психологии, педагогики и особенно -  спортивных игр;

- умение убеждать, увлекать студентов;

- учет индивидуальных и возрастных особенностей студентов;

- уважительное отношение к детям, забота о здоровье студентов;

- применение на занятиях различных форм обучения, направленных на развитие студентов.

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

         - познавательная компетентность (способность к обучению в течение всей жизни как в личном профессиональном, так и в социальном аспекте; использование наблюдений, измерений, моделирования; 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, способов формирования и формулирования мысли; владение способами презентации себя и своей деятельности);

         - организаторская компетентность (планирование и управление собственной деятельностью; владение навыками контроля и оценки деятельности; способность принимать ответственность за собственные действия; владение способами совместной деятельности).

Программа обеспечивает становление ряда специальных компетентностей (способность быстрого реагирования и быстрого принятия решений в условиях дефицита времени, формирование базовой техники игровых приемов).

**Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются:**

- участие в соревнованиях по возрастной программе;

- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;

- овладение теоретическими знаниями и навыками;

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются соревнования.

**2. Содержание программы.**

**Содержание учебного плана обучения.**

1. **Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий.** Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях. Требования безопасности по окончании занятий.
2. **Теоретическая подготовка.** Состояние и развитие футбола в России. Профилактика травматизма. Общая характеристика спортивной подготовки. Основы техники игры и техническая подготовка. Основы тактики игры и тактическая подготовка. Физические качества и физическая подготовка.
3. **Физическая подготовка. ОФП:**Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы, ловкости, быстроты, выносливости. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. **СФП:** Удары и пас мяча в ходьбе и беге, после поворота, падения. Удар мяча после отбора с попаданием в цель. Перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.
4. **Техническая подготовка.**Обводка соперника. Ведение, остановка внутренней стороной стопы, подошвой грудью, передача мяча, удары по воротам внутренней частью стопы, внешней частью, удары серединой подъема. Удары по мячу головой, жонглирование мячом.
5. **Тактическая подготовка.**Выход для получения и отвлечения мяча. Атака ворота. Заслон. Наведение. Пересечение. Треугольник. Тройка. Малая восьмерка. Подстраховка. Переключение. Противодействие атаке в ворота. Система личной защиты.
6. **Промежуточная и итоговая аттестация.**Усвоение изученного материала. Результаты выступления на соревнованиях и индивидуальные игровые показатели. Выполнение контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке.
7. **Соревнования.**Контрольные игры на учебно-тренировочных занятиях. Товарищеские встречи. Участие в соревнованиях Спартакиады ПОО ЯО. Межрегиональных соревнованиях.

**3. Календарный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Месяц | Число | | Время проведения занятия | | Форма занятия | | Кол-во часов | | Тема занятий | | | | | | | |  | | | | | | Место проведения | | | | | | | | | | | | | Форма контроля | | | | | | | | | | | | |
| 1 | сентябрь |  | |  | | теория  практика | | 3 | | Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры. Быстрое нападение. Игровое поле. Защита. Игра футбол. | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Текущий | | | | | | | | | | | | |
| 2 | сентябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление быстрого нападения. Маневрирование. Резаные удары. Подстраховка. Игра футбол. | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования. | | | | | | | | | | | | |
| 3 | сентябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Резаные удары. Подстраховка Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки Игра футбол. | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 4 | октябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки. Удар по опускающемуся мячу через голову.Переключение. Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения Игра футбол. | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования. | | | | | | | | | | | | |
| 5 | октябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Удар носком. Удар серединой подъёма. Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъёма. Игра футбол. | | | | | | |  | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования. | | | | | | | | | | | | |
| 6 | октябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма. Ведение мяча внешней частью подъёма. Игра футбол. | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 7 | октябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма. Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма. Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма. Игра футбол. | | | | | | |  | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Текущий | | | | | | | | | | | | |
| 8 | октябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма. Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма. Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма. Игра футбол. | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 9 | ноябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой. Игра футбол. | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 10 | ноябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой. Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы. Игра футбол. | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 11 | ноябрь |  | |  | | Практика | | 3 | | Ведение внутренней стороной стопы. Удар-бросок стопой Закрепление удара-броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы. Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы. Игра футбол. | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 12 | ноябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование ведения внутренней стороной стопы. Совершенствование удара-броска стопой Совершенствование ведения внутренней стороной стопы. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. Игра футбол. | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 13 | ноябрь |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Игра футбол. | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 14 | декабрь |  | |  | | практика | | 3 | | Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Игра футбол. | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 15 | декабрь |  | |  | | практика | | 3 | | Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы. Игра футбол. | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 16 | декабрь |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы. Удар с лёту серединой подъёма. Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма. Игра футбол. | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 17 | январь |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма. Удар с лёту серединой подъёма. Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма. Игра футбол. | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 18 | январь |  | |  | | практика | | 3 | | Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма. Совершенствование удара слёту серединой подъёма. Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма. Игра футбол. | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 19 | январь |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма. Финт «уходом». Групповые действия в обороне. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма. Игра футбол. | | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 20 | февраль |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне. Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне. Игра футбол. | | | | |  | | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 21 | февраль |  | |  | | практика | | 3 | | Финт «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка. Совершенствование финт «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка Закрепление финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки. Игра футбол. | | | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22 | февраль |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки. Совершенствование финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Совершенствование подстраховки. Игра футбол. | | | |
| 23 | февраль |  | |  | | практика | | 3 | | Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест». Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар». Закрепление комбинации «смена мест». Совершенствование комбинации «смена мест». Игра футбол. | | | |  | | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 24 | март |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест». Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча». Совершенствование комбинации «смена мест». Игра футбол. | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 25 | март |  | |  | | практика | | 3 | | Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча». Закрепление финта «остановка мяча подошвой». Закрепление комбинации «пропускания мяча». Совершенствование финта «остановка мяча подошвой». Совершенствование комбинации «смена мест» Игра футбол. | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 26 | март |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование финта «остановка мяча подошвой». Финт «убирание мяча подошвой». Совершенствование комбинации «смена мест». Игра футбол. | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 27 | март |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление финта «убирание мяча подошвой». Совершенствование финта «убирание мяча подошвой». Финт «проброс мяча мимо соперника». Совершенствование комбинации «смена мест». Игра футбол. | | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Текущий | | | | | | | | | | | | |
| 28 | март |  | |  | | практика | | 3 | | Финт «проброс мяча мимо соперника». | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  | |  | |  | |  | | Закрепление финта «проброс мяча мимо | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
|  |  |  | |  | |  | |  | | соперника». Совершенствование финта «проброс мяча мимо соперника». Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». Игра футбол. | | |  | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | |
| 29 | апрель |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование финта «проброс мяча мимо соперника». Отбор мяча накладыванием стопы. Совершенствование комбинации «смена мест». Отбор мяча накладыванием стопы Игра футбол. | | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 30 | апрель |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление отбора мяча накладыванием стопы. Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы. Совершенствование комбинации «смена мест». Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы. Игра футбол. | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 31 | апрель |  | |  | | практика | | 3 | | Отбор мяча выбиванием. Совершенствование комбинации «смена мест». Закрепление отбора мяча выбиванием. Игра футбол. | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 32 | апрель |  | |  | | практика | | 3 | | Закрепление отбора мяча выбиванием. Совершенствование отбора мяча выбиванием. Игра футбол. | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Текущий | | | | | | | | | | | | |
| 33 | апрель |  | |  | | практика | | 3 | | Отбор мяча перехватом. Закрепление отбора мяча перехватом. Совершенствование отбора мяча выбиванием Игра футбол. | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 34 | май |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование отбора мяча перехватом. Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание». Закрепление индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». Совершенствование отбора мяча выбиванием. Игра футбол. | | | | | | | | |  | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 35 | май |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». «Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча. Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». Игра футбол. | | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Текущий | | | | | | | | | | | | |
| 36 | май |  | |  | | практика | | 3 | | «Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча. Закрепление «отвлечение соперников». Закрепление разбора игроков. Закрепление действий обороняющегося против соперника без мяча. Совершенствование «отвлечения соперников». Совершенствование действий обороняющегося против соперника без мяча. Игра футбол. | | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | спортзал | | | | | | | | | | | | | Текущий | | | | | | | | | | | | |
| 37 | май |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование «отвлечения соперников». Совершенствование действий обороняющегося против соперника без мяча. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в одно касания» Закрепление создания преимущества в отдельных зонах игрового поля. Закрепление комбинации «игра в одно касание». Игра футбол. | |  | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | спортплощадка | | | | | | | | | | | | | Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки | | | | | | | | | | | | |
| 38 | май |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование создания преимущества в отдельных зонах игрового поля, «игра в одно касание». Совершенствование комбинации технике футбола Игра футбол. | |
| 39 | июнь |  | |  | | практика | | 3 | | Совершенствование комбинации технике футбола Игра футбол. | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 40 | июнь |  | |  | | практика | | 3 | | Игра футбол. | |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 41 | июнь | |  | |  | | практика | | 3 | | Комбинационная игра футбол. |  | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | | | | спортплощадка | | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |
| 42 | июнь | |  | |  | | практика | | 3 | | Игра футбол. |  | | | | | | | | | | | | спортплощадка | | | | | | | | | | | | | | Соревнования | | | | | | | | | | | | |

**4. Диагностический инструментарий**

КОНТРОЛЬНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ

ЮНОШИ

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Упражнения |
|
| 1 | Бег 30 метров, сек  Бег 60 метров, сек  Бег 100 метров, сек  Бег 3км, мин., сек |
| 2 | Прыжок в длину, см |
| 3 | Челночный бег  3 х 10 м, сек |
| 4 | Подтягивание, кол-во раз |

**5. Методическое обеспечение программы**

Словесные методы:

* Описание
* Объяснение
* Рассказ
* Разбор
* Указание
* Команды и распоряжения
* Подсчёт

Наглядные методы:

* Показ упражнений и техники футбольных приёмов
* Использование учебных наглядных пособий
* Видеофильмы, DVD, слайды
* Жестикуляции

Практические методы:

* Метод упражнений
* Метод разучивания по частям
* Метод разучивания в целом
* Соревновательный метод
* Игровой метод
* Непосредственная помощь преподавателя.

**Основные средства обучения:**

* Упражнения для изучения техники, тактики футбола и совершенствование в ней
* Общефизические упражнения
* Специальные физические упражнения
* Игровая практика.

**Ожидаемый результат**

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости студентов, социальной адаптации, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в районных мероприятиях, Спартакиаде ПОО ЯО, качественное освоение практических и теоретических навыков игры футбол.

**Планируемые результаты** **освоения обучающимися программы**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у студентов формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

* личностные результаты – готовность и способность студентов к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
* метапредметные результаты – освоенные студентами универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
* предметные результаты – освоенный студентами в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение студентов к собственному здоровью.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

* Тестирование
* Соревнования.

Успешная подготовка студентов возможна только при условии тесной преемственности каждого этапа обучения.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе.

**7.Условия реализации программы**

Для реализации данной программы необходимы:

Для реализации программы необходимо иметь один спорт зал, спортплощадку и футбольное поле. Спортивные объекты должны быть оснащены необходимым оборудованием и при необходимости - пополняться новым оборудованием. Комплект спортивного инвентаря для занятий футболом: футбольные мячи, ворота, сетки, свисток, секундомер, наглядное пособие, маты гимнастические, козёл гимнастический, канат для перетягивания, скамейки гимнастические.

**ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ**

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- Групповые учебно-тренировочные занятия.

- Групповые и индивидуальные теоретические занятия.

- Восстановительные мероприятия.

- Участие в матчевых встречах.

- Участие в соревнованиях.

- Зачеты, тестирования.

**ФОРМЫ ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

1.Контрольные и товарищеские игры.

2.Первенства колледжа, города. Спартакиада ПОО ЯО.

**Список литературы, используемый педагогом**

1. В.И.Губа,А.В.Лексаков «Теория и методика футбола» Уч.: Sport М:2016

6. В.И.Лях, А.А.Зданевич «Физическая культура» 10-11 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. М: «Просвещение», 2012г

http://rgfootball.net/viewforum.php?f=43

http://knigukupi.ru/top-pro\_futbol.php