**Программа спортивной подготовки по виду спорта футбол** Программа разработана в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта футбол, утвержденным Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 25 октября 2019 года №880. **Срок реализации программы:** на этапе начальной подготовки – 3 года; на тренировочном этапе – 5 лет; на этапе совершенствования спортивного мастерства – без ограничений; на этапе высшего спортивного мастерства – без ограничений

3 **Содержание Пояснительная записка.**

**1. Нормативная часть.**

1.1. Продолжительность этапов спортивной подготовки. Минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по футболу.

1.2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта футбол.

1.3. Планируемые показатели соревновательной деятельности по виду спорта футбол.

1.4. Режим тренировочной работы.

1.5. Медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку.

1.6. Предельные тренировочные нагрузки.

1.7. Минимальный и предельный объем соревновательной деятельности 1.8. Минимальные требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию.

1.9. Требования к количественному и качественному составу групп.

1.10. Объем индивидуальной спортивной подготовки.

1.11. Структура годичного цикла (названия и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов).

**2. Методическая часть.**

2.1. Рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований.

2.2. Рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок

2.3. Рекомендации по планированию спортивных результатов.

2.4. Требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля.

2.5. Программный материал для практических занятий по каждому этапу с разбивкой на периоды подготовки.

2.6. Рекомендации по организации психологической подготовки.

2.7. Планы применения восстановительных средств. 2.8. Планы антидопинговых мероприятий.

2.9. Планы инструкторской и судейской практики.

**3. Система контроля и зачётные требования**

3.1. Критерии спортивной подготовки на различных этапах.

3.2. Требования к результатам реализации программ спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки.

3.3. Виды контроля подготовленности

3.4. Комплексы контрольных упражнений и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки.

**4. Перечень информационного обеспечения**

4.1. Список литературных источников.

4.2. Перечень Интернет-ресурсов.

**Пояснительная записка**

Типовая программа спортивной подготовки по виду спорта футбол для МУНИЦИПАЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «КЛИНСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ФУТБОЛУ» (далее – Программа) разработана в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта футбол, утвержденным приказом Министерства спорта России от 25.10.2019г. №880, с учетом основных положений Федерального закона № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», а также с учётом Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, утвержденных письмом от 12.05.2014г. № ВМ-04-10/2554 Министра спорта Российской Федерации, Приказа Министерства спорта России «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта» от 27.12.2013г. № 1125, Приказа Министерства спорта России «Об утверждении Порядка приема лиц в физкультурно-спортивные организации, созданные Российской Федерацией и осуществляющие спортивную подготовку» от 16.08.2013г. № 645, Приказа Министерства спорта России «Об утверждении порядка осуществления контроля за соблюдением организациями, осуществляющими спортивную подготовку, федеральных стандартов спортивной» подготовки, зарегистрированного Министерством юстиции Российской Федерации от 30.08.2013г. № 636, Положения о единой всероссийской спортивной классификации.

**Характеристика вида спорта и его отличительные особенности:**

Футбол одна из самых популярных спортивных игр. Коллективный характер футбольной деятельности предопределяет проявление игроками своих лучших морально-волевых качеств: ответственности и дисциплинированности, уважения к партнерам и сопернику, взаимовыручке, смелости и решительности, настойчивости и инициативности. Элементы футбола благодаря разнообразным проявлениям физических качеств,

тактического мышления, часто используются в других видах спорта как дополнительное средство подготовки. Футбол широко используется в различных звеньях системы физического воспитания.

**Специфика тренировочного процесса:** Подготовка спортсменов высшей квалификации рассматривается как многолетний процесс единства тренировки, соревновательной практики, восстановительных мероприятий. **Цель** многолетней подготовки спортсменов - воспитание спортсменов высокой квалификации, потенциального резерва сборных команд страны, субъекта РФ. Достижение указанной цели зависит: - от оптимального уровня исходных данных спортсменов; - от уровня квалификации и профессиональной подготовленности тренерского состава; - наличия современной материально-технической базы; - от качества организации педагогического, тренировочного и соревновательного процессов; - от использования новейших научно-исследовательских и научно-методических данных. Тренировочный процесс при проведении индивидуальных занятий по Программе планируется на срок не менее трех месяцев, а при групповых занятиях не менее одного года. Сроки начала и окончания тренировочного процесса определяются с учетом сроков проведения официальных спортивных соревнований. **Структура системы многолетней подготовки включает в себя следующие этапы спортивной подготовки: 1) На этапе начальной подготовки.** - формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; - освоение основных двигательных умений и навыков;

- освоение основ техники по виду спорта футбол;7

- общие знания об антидопинговых правилах; - всестороннее гармоничное развитие физических качеств; - укрепление здоровья лиц, проходящих спортивную подготовку; - отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта футбол. **2) На тренировочном этапе (этапе спортивной специализации).** - повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки; - приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта футбол; - формирование спортивной мотивации; - формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта футбол; - воспитание физических качеств с учетом возраста и уровня влияния физических качеств на результативность; - укрепление здоровья спортсменов; - соблюдения тренировочного плана, режима восстановления и питания; - овладения навыками самоконтроля; - приобретение опыта регулярного участия в официальных спортивных соревнованиях; - овладение общими знаниями о правилах вида спорта «ФУТБОЛ»; - овладение знаниями антидопинговых правил. **Нормативная часть 1.1. Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по футболу.** Нормативные требования к продолжительности этапов спортивной подготовки, минимальному возрасту лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальному количеству лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки по виду спорта футбол представлены в таблице. **Таблица**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки Этапы спортивной подготовки** | **Продолжительность этапов (в годах)** | **Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)** | **Наполняемость групп (человек)** |
| Этап начальной подготовки | 3 | 7 | 14 |
| Тренировочный этап (этап спортивной специализации) | 5 | 10 | 10 |
| Этап совершенствования спортивного мастерства | Без ограничений | 14 | 6 |
| Этап высшего спортивного мастерства | Без ограничений | 16 | 4 |