

**Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного
образования «Спортивная школа» города Шумерля
МАОУ ДО «СШ» г. Шумерля**

Рассмотрена на заседании педагогического
совета МАОУ ДО «СШ» г. Шумерля
от «__» _____ 2025 г. № ____



Утверждаю
Директор МАОУ ДО «СШ» г. Шумерля
С.В. Кузнецов
Приказ № ____ от «__» _____ 2025 г.

**Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по
виду спорта «футбол»**

Программа разработана на основе
Федерального стандарта спортивной подготовки по футболу

Срок реализации 5 лет

Разработчики программы:
Заместитель директора по УСР:
Лазарева Алена Леонидовна
тренеры-преподаватели по футболу:
Авдонин В.А., Селезнев А.В., Баторшин Д.А.

г. Шумерля – 2025 год

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол» (далее – Программа). Предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по футболу с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденным приказом Минспорта России от 16 ноября 2022 года № 1000 (далее – ФССП).

2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки по виду спорта «Футбол».

Программа позволяет комплексно решать оздоровительные, развивающие, воспитательные задачи, обеспечивая дифференцированный подход к детям, их физической подготовке, состоянию здоровья.

Образовательные задачи:

1. Изучение истории и терминологии футбола;
2. Изучение правил соревнований, технических и тактических приемов;
3. Изучение правил гигиены, питания и тд.

Развивающие задачи:

1. Развитие общефизической подготовленности, дыхательной, сердечнососудистой системы, укрепление опорно-двигательного аппарат.
2. Развитие двигательных качеств: силы, силовой выносливости, скоростно – силовых движений, общей выносливости.
3. Развитие личностных качеств – дисциплинированность, терпение, трудолюбие, самостоятельность, ответственность, работоспособность, чувство товарищества, ценностное отношение к себе, людям, окружающему миру.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание у подростков желания самостоятельно заниматься физической культурой и спортом, сознательно применять полученные знания в целях отдыха, тренировки, повышение работоспособности и укрепление здоровья;
2. Воспитание положительной мотивации к познанию, творчеству и достижению цели;
3. Формирование адекватного поведения в различных социальных ситуациях.

Метапредметные задачи:

1. Формирование умения анализировать проделанную работу, планировать и организовывать дальнейшую деятельность;
2. Формирование основ эффективной самостоятельной деятельности и организации свободного времени.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)
Этап начальной подготовки	3	7	14
Учебно–тренировочный этап	4-5	10	12

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	10-12	12-16
Общее количество часов в год	243-312	312-416	520-626	624-832

2. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

При реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Футбол» используется очная форма обучения, в том числе с применением дистанционных технологий.

При построении учебно-тренировочного процесса используется групповая и индивидуальная форма работы. Проводятся теоретические и практические занятия.

Теоретическая работа с детьми осуществляется в форме лекций, диспутов, бесед, анализа проведенных поединков, разбора игр известных футбольных команд.

Практические занятия также разнообразны по своей форме это тренировочные соревнования со сверстниками и с командами старшего возраста, практические приемы по решению поставленных задач, занятия по отработке техники, занятия, направленные на общее развитие и оздоровление, специализированные тренировки, домашние задания, соревнования и турниры.

Используются следующие методы проведения занятий: словесные методы, наглядные методы, практические.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнений, наглядных пособий, обучающих видеосюжетов. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

1. Метод упражнений
2. Игровой метод
3. Соревновательный
4. Метод круговой тренировки

Для реализации программы в условиях ограниченных мер и чрезвычайных ситуаций, а также в условиях заболеваемости в МАОУ ДО «СШ» г. Шумерля предусмотрена очная форма обучения с применением дистанционных технологий.

Дистанционное обучение – это организация образовательного процесса с применением технологий, обеспечивающих связь обучающихся и преподавателей на расстоянии, без непосредственного контакта. Дистанционное обучение – взаимодействие преподавателя и обучающихся между собой на расстоянии, отражающее все присущие учебному процессу компоненты и реализуемое специфичными средствами интернет – технологий или другими средствами, предусматривающими интерактивность. Это самостоятельная форма обучения, информационные технологии в дистанционном обучении являются ведущим средством.

В МАОУ ДО «СШ» г. Шумерля обучение с применением дистанционных технологий осуществляется по следующему алгоритму действий:

1. Разработка плана-конспекта на каждое занятие с указанием времени, содержания и формы работы, алгоритма действия, количества повторений, определения уровня

самочувствия согласно недельной нагрузке с учетом выполнения заданий в домашних условиях.

Используемые формы обучения:

Изучение теоретического материала: устная учебная информация по видам спорта, фотоконспекты, индивидуальный план подготовки, аудио – видеосообщение, обучающие видеоматериалы (видеосюжеты, видеофильмы, видеоролики)

Практические задания: физические упражнения качеств – гибкости, силы, упругости, координации и др.

2. Контроль выполнения заданий.

Помимо учебно-тренировочных занятий в процессе подготовки спортсменов используются и другие формы учебно-тренировочной: участие в соревнованиях различного ранга, теоретические занятия, занятия в условиях спортивно – оздоровительного лагеря, учебно – тренировочного сбора, медико – восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия, участие в конкурсах и смотрах, показательных выступлениях. Спортсмены старших возрастных групп должны участвовать в судействе соревнований и могут привлекаться к проведению отдельных частей тренировочных занятий в качестве тренеров.

Учебно – тренировочные мероприятия, направленные на непрерывную подготовку спортсменов в течение года.

Учебно-тренировочные занятия

№	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток)	
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			
1.1	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-
1.2	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14
1.3	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.4	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия			
2.1	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
2.2	Восстановительные мероприятия	-	-
2.3	Мероприятия для комплексного медицинского	-	-

	обследования		
2.4	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
2.5	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток

Объем соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Для спортивной дисциплины «Футбол»				
Контрольные	3	4	3	1
Основные	-	-	1	1
Для спортивной дисциплины «мини-футбол» (футзал)				
Контрольные	1	1	1	2
Отборочные	-	-	1	2
Основные	-	-	2	2

Годовой учебно-тренировочный план спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»

№	Вид спортивной подготовки и иные спортивные мероприятия	Этапы и год подготовки							
		Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап				
		НП-1	НП-2	НП-3	УТ-1	УТ-2	УТ-3	УТ-4	УТ-5
	Часов в неделю	6	6	8	10	12	12	14	16
	Максимальная продолжительность одного занятия	2	2	2	3	3	3	3	3
	Наполняемость групп	14	14	14	12	12	12	12	12
1	Общая физическая подготовка	47	47	62	78	95	95	109	125
2	Специальная физическая подготовка	-	-	-	36	44	44	80	92
3	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	-	36	43	43	50	58
4	Техническая подготовка	140	140	188	193	230	230	146	166
5	Тактическая подготовка	2	2	3	22	24	24	69	73
6	Теоретическая подготовка	3	3	3	10	13	13	15	20
7	Психологическая подготовка	1	1	2	5	7	7	10	15
8	Контрольные мероприятия	3	3	3	3	4	4	4	4
9	Инструкторская практика	-	-	-	5	6	6	7	8
10	Судейская практика	-	-	-	5	6	6	7	8
11	Медицинские, медико-	3	3	3	5	7	7	20	23

	биологические мероприятия								
12	Восстановительные мероприятия	3	3	6	7	7	7	29	34
13	Интегральная подготовка	110	110	146	115	138	138	182	206
	Итого	312	312	416	520	624	624	728	832

*Дополнительные программы спортивной подготовки по видам спорта предусматривают самостоятельную работу по спортивной подготовке. Объем самостоятельной работы составляет 10-20% от общего объема учебного плана по виду спорта.

3. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним.

Антидопинговое обеспечение осуществляется на основании приказа Минспорта России 24.06.2021 г. № 464 «Об утверждении Общероссийских антидопинговых Правил», которые соответствуют положениям Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте, принятой Генеральной конференцией ЮНЕСКО на 33-й сессии в городе Париже 19 октября 2005 г. и ратифицированной Федеральным законом от 27 декабря 2006 г. № 240-ФЗ «О ратификации Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте», Всемирного антидопингового кодекса, принятого Всемирным антидопинговым агентством и Международным стандартам ВАДА.

Основная цель работы данного направления – предотвращение допинга и борьба с ним в среде спортсменов. В своей деятельности тренер руководствуется законодательством Российской Федерации, Всемирным Антидопинговым 82 Кодексом, Положением Госкомспорта России, приказами и распоряжениями Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Уставом учреждения и Положением о запрещении применения Запрещенных субстанций и запрещенных методов спортсменами.

Спортсмен обязан знать нормативные документы:

1. Всемирный антидопинговый кодекс;
2. Международный стандарт ВАДА «Запрещенный список»;
3. Международный стандарт ВАДА 2международный стандарт по терапевтическому использованию»;
4. Международный стандарт ВАДА по тестированию.

В рамках антидопингового обеспечения процесса спортивной подготовки осуществляются следующие мероприятия:

1. Назначение лица, ответственного за антидопинговое обеспечение из числа специалистов;
2. Ознакомление лиц, проходящих спортивную подготовку с положениями основных действующих антидопинговых документов, в объеме, касающемся этих лиц;
3. Разработку и проведение образовательных, информационных программ и семинаров по антидопинговой тематике для лиц, проходящих спортивную подготовку;
4. Проведение антидопинговой пропаганды среди лиц, проходящих спортивную подготовку;
5. Оказание всестороннего содействия антидопинговым организациям в проведении допинг-контроля и реализации мер, по борьбе с допингом в спорте.

№	Содержание	Этап спортивной подготовки	Сроки	Рекомендации по проведению мероприятий
----------	-------------------	-----------------------------------	--------------	---

1	Анализ действующего антидопингового законодательства	Этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап	В течение года	Изучение материалов
2	Обучение тренеров, тренеров-преподавателей и обучающихся в группах спортивной подготовки по программе образовательного курса и тестирования на сайте РУСАДА		В течение года	Изучение материала, тестирование
3	Комплекс мероприятий на тему: «Запрещенный список»		Январь-февраль	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях
4	Комплекс мероприятий на тему: «Важные вопросы. Социальные последствия допинга»	Этап начальной подготовки	Март-апрель	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях
5	Комплекс мероприятий на тему: «Последствия допинга для здоровья»	Этап начальной подготовки	Апрель-май	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях
6	Комплекс мероприятий на тему: «Пропаганда принципов фэйр плэй, отношения к спорту как к площадке для честной конкуренции и воспитания личностных качеств»	Этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап	Июнь-август	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях
7	Комплекс мероприятий на тему: «Антидопинг: основные моменты и правила»	Этап начальной подготовки	Сентябрь-октябрь	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях
8	Комплекс мероприятий на тему: «Виды нарушений антидопинговых правил»	Этап начальной подготовки	Октябрь	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях

9	Комплекс мероприятий на тему: «Всемирный антидопинговый кодекс. Права и обязанности спортсмена согласно Всемирному антидопинговому кодексу»	Этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап	Ноябрь	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях
10	Комплекс мероприятий на тему: «Процедура допинг контроля»	Этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап	Декабрь	Беседа, раздача листовок, размещение информации на сайте и в социальных сетях
11	Изучение уровня знаний обучающихся и лиц, проходящих программы спортивной подготовки по антидопинговой тематике	Этап начальной подготовки, учебно-тренировочный этап	Декабрь, май	Анкетирование

4. Планы инструкторской и судейской практики.

Одной из задач спортивной подготовки является приобщение обучающихся к роли помощника тренера, инструкторов и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судей.

Для решения этих задач занятия проводятся в форме беседы, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий. Спортсмены должны овладеть принятой в виде спорта терминологией и командным языком для построения тренировочного занятия; разминки, основной части и заключительной части. Овладение обязанностями дежурного по группе (подготовка мест занятий, получение необходимого инвентаря и оборудования и сдача его после окончания занятия). Во время проведения занятий необходимо развить способность обучающихся наблюдать за выполнением упражнений, технических приемов другими учениками, находить ошибки и умение их исправлять. Занимающиеся должны научиться на месте с тренером проводить разминку, участвовать в судействе. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечение учащихся к непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведение протоколов соревнований.

Во время обучения необходимо научить занимающихся самостоятельному ведению дневника: вести учет тренировочных и соревновательных нагрузок, регистрировать спортивные результаты тестирований, анализировать выступления в соревнованиях.

№	Задачи обучения	Виды работы	Сроки реализации
1	1. Освоение методики проведения тренировочных занятий по избранному виду спорта с начинающимися спортсменами. 2. Выполнение необходимых требований для присвоения звания инструктора	1. Самостоятельное проведение подготовительной части тренировочного занятия. 2. Самостоятельное проведение занятий по физической подготовке. 3. Обучение основным техническим элементам и приемам. 4. Составление комплексов упражнений	Устанавливаются в соответствии с графиком и спецификой этапа спортивной подготовки

		для развития физических качеств.	
2	Освоение методики проведения спортивно-массовых мероприятий в физкультурно-спортивной организации или образовательном учреждении	Организация и проведения спортивно - массовых мероприятий под руководством тренера	
3	Выполнение необходимых требований для присвоения званий судьи по спорту	Судейство соревнований по виду спорта	

5. План медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Медико-биологическое обеспечение спортсменов – комплекс мероприятий, направленных на восстановление работоспособности и здоровья спортсменов, систематический контроль состояния здоровья спортсменов, обеспечение спортсменов лекарственными препаратами, медицинскими изделиями и специализированными пищевыми продуктами для питания спортсменов, проведение научных исследований в области спортивной медицины и осуществляемый в соответствии с установленным законодательством о физической культуре и спорте требованиями общероссийских антидопинговых правил, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке и реализации государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта, а также по оказанию государственных услуг и управлению государственным имуществом в сфере физической культуры и спорта и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Систематический контроль состояния здоровья спортсменов включает в себя проведение предварительных и периодических медицинских осмотров, в том числе углубленных медицинских обследований, мониторинг и коррекцию функционального состояния, этапные и текущие медицинские обследования, врачебно-педагогические наблюдения.

В системе спортивной подготовки особое место занимают различные средства восстановления и повышения спортивной работоспособности. Значение этих средств в подготовке спортсменов постоянно возрастает в подготовительном и переходном периодах. Рациональное применение различных восстановительных средств является необходимым фактором достижения высоких спортивных результатов.

Система восстановительных мероприятий обеспечивает быстрое восстановление и повышение спортивной работоспособности, стабильность спортивной формы, профилактику спортивных травм. Средства и методы восстановления в подготовительном и переходном периодах разные. В подготовительном периоде основную часть составляют фармакологические средства и в меньшей степени физиотерапевтические методы, тогда как в переходном периоде основная часть приходится на физиотерапевтические методы и в меньшей степени задействованы фармакологические средства. Для повышения эффективности восстановительных мероприятий на этап спортивного совершенствования необходимо комплексное применение различных восстановительных средств. При этом принцип комплексности применения восстановительных средств осуществляется всегда во всех звеньях тренировочного процесса: макро-, мезо- и микроциклах, а также на уровне тренировочного дня.

План применения восстановительных средств и мероприятий

№	Средства и мероприятия	Сроки реализации
1	Рациональное питание:	В течение всего периода

	- сбалансировано по энергетической ценности; - сбалансировано по составу (белки, жиры, углеводы, микроэлементы, витамины); - соответствует характеру, величине и направленности тренировочных и соревновательных нагрузок.	спортивной подготовки
2	Физиотерапевтические методы: - массаж – классический, сегментальный, точечный, вибрационный, гидромассаж, мануальная терапия; -гидропроцедуры: теплый душ, горячий душ, контрастный душ, теплые ванны, контрастные ванны, хвойные ванны; - различные методики банных процедур: баня с парением, кратковременная баня, баня с контрастными водными процедурами, кедровая бочка; -аппаратная физиотерапия: электростимуляция, амплипульстерапия, УВЧ – терапия, электрофорез,	В течение всего периода реализацию спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий
3	Фармакологические средства: - витамины, коферменты, микроэлементы, витаминные комплексы, витаминно-минеральные комплексы - препараты пластического действия - препараты энергетического действия - адаптогены - иммуномодуляторы - препараты влияющие на энергетику мозговых клеток - антиоксиданты - гепатопротекторы - анаболизующие - аминокислоты - фитопрепараты - пробиотики, эубиотики	В течение всего периода реализацию спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий
4	Кислородотерапия (кислотные коктейли)	

Медико-восстановительные средства должны назначаться только врачом и применяться только под контролем врачебного персонала. Каждая восстановительная процедура сама по себе является дополнительной нагрузкой на организм, предъявляющей определенные требования, часто весьма высокие, к деятельности различных функциональных систем организма. Игнорирование этого положения может привести к обратному действию восстановительных средств – усугублению утомления, снижению работоспособности, угнетению восстановительных реакций.

III. Система контроля

Результаты прохождения спортивной подготовки к этапам спортивной подготовки должны соответствовать целям, поставленным дополнительной образовательной программой спортивной подготовки.

Требования к результатам прохождения спортивной подготовки, в том числе по отдельным этапам спортивной подготовки, конкретизируются в примерной дополнительной образовательной программе спортивной подготовки, и направлены:

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «футбол»;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «футбол»;

- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья;
- изучение основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- общее знание об антидопинговых правилах;
- выполнение контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки.

На учебно-тренировочном этапе:

- повышение уровня физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучение правил безопасности при занятиях видом спорта «футбол» и успешное применение их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдение режима учебно-тренировочных занятий;
- изучение основных методов саморегуляции и самоконтроля;
- овладение общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «футбол»;
- изучение и соблюдение антидопинговых правил;
- ежегодное выполнение контрольно-переводных нормативов по видам спортивной подготовки;
- участие в официальных спортивных соревнованиях;
- получение уровня спортивной квалификации, необходимый для зачисления и перевода на этап совершенствования спортивного мастерства.

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «футбола»;
- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

1. Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

Помимо тестирования теоретического материала по окончании каждого года и этап обучения осуществляется мониторинг развития общефизических и специальных навыков, необходимых для успешного освоения программы и высоких показателей соревновательной деятельности.

2. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, по годам и этапам спортивной подготовки

Для проверки результатов обучения проводится тестирование и прием контрольных нормативов по общефизической подготовке (ОФП) и специально-физической подготовке (СФП).

Нормативы физической подготовки и иные спортивные нормативы лиц, проходящих спортивную подготовку, на этапах спортивной подготовки, уровень спортивной квалификации таких лиц учитывают их возраст, пол, а также особенности вида спорта «футбол».

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «футбол»

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения		Норматив свыше года обучения	
			мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»						
1.1	Челночный бег 3*10	с	Не более		Не более	
			-	-	9,30	10,30
1.2	Бег на 10 м с высокого старта	с	Не более		Не более	
			2,35	2,50	2,30	2,40
1.3	Бег на 30 м	с	Не более		Не более	
			-	-	6,0	6,5
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не более		Не более	
			100	90	120	110
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»						
2.1	Ведение мяча 10 м	с	Не более		Не более	
			3,20	3,40	3,00	3,20
2.2	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	Не более		Не более	
			-	-	8,60	8,80
2.3	Ведение мяча 3*10 м	с	Не более		Не более	
			-	-	11,60	11,80
2.4	Удар на точность по воротам (10 ударов)	Количество попаданий	Не менее		Не менее	
			-	-	5	4
3. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»						
3.1	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее		Не менее	
			100	90	110	105
4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»						
4.1	Бег на 10 м с высокого старта	с	Не более		Не более	
			2,35	2,50	2,30	2,40
4.2	Челночный бег 5*6 м	с	Не более		Не более	
			12,40	12,60	12,20	12,40
4.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее		Не менее	
			100	90	110	105

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «футбол»

№	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1.1	Бег на 10 м с высокого старта	с	Не более	
			2,20	2,30
1.2	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			8,70	9,00

1.3	Бег на 30 м	с	Не более	
			5,40	5,60
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			160	140
1.5	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	Не менее	
			30	27
3. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «футбол»				
2.1	Ведение мяча 10 м	с	Не более	
			2,60	2,80
2.2	Ведение мяча с изменением направления 10 м	с	Не более	
			7,80	8,00
2.3	Ведение мяча 3*10 м	с	Не более	
			10,00	10,30
2.4	Удар на точность по воротам (10 ударов)	Количество попаданий	Не менее	
			5	4
2.5	Передача мяча в «коридор» (10 попыток)	Количество попаданий	Не менее	
			5	4
2.6	Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки)	м	Не менее	
			8	6
3. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»				
3.1	Бег на 10 м с высокого спорта	с	Не более	
			2,20	2,30
3.2	Бег на 30 м	с	Не более	
			5,40	5,60
3.3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	Не менее	
			160	140
3.4	Челночный бег 3*10 м	с	Не более	
			8,70	9,00
4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «мини-футбол (футбол)»				
4.1	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	Не менее	
			20	16
4.2	Челночный бег 104 мс высокого старта (в метрах: 2х6+2х10+2х20+2х10+2х6)	с	Не более	
			29,40	32,60
5. Уровень спортивной квалификации				
5.1	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Не устанавливается		

5.2	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский разряд», «первый юношеский разряд», «третий спортивный разряд»
-----	---	---

Инструкция по выполнению нормативов при проведении промежуточной аттестации

Челночный бег 30 м (3*10 м) и 5*6 м. На расстоянии 10 м (6 м) друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 3 раза. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

Бег на 10 м и 30 м. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по свистку тренера.

Прыжок в длину с места. Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись обеими ногами, махом рук снизу-вверх производит прыжок. Их трех попыток засчитывается лучший результат.

Ведение мяча 10 м. Выполняется с линии старта (30 м от линии штрафной площадки), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10 м от штрафной площадки, а через каждые 2 м ставятся еще три стойки), и не доходя до штрафной площадки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнения не засчитываются. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

Ведение мяча 3*10 м. На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

Удар на точность во воротах. Выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м. футболисты 10-15 лет посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделенных по вертикали. Юноши 16-18 лет посылают мяч в половину ворот; он должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе, чем в 10 м за воротами. Выполняется по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попаданий.

Передача мяча в «коридор». Футболист из центрального круга выполняет 10 передач мяча верхом любой ногой и любым способом) поочередно в две цели площадью 1*1 и 2*2 м, расположенные соответственно на расстоянии 25 и 40 м от центра круга.

Вбрасывание мяча на дальность. Испытуемый осуществляет вбрасывание одной рукой из-за плеча (или сбоку) по коридору шириной 3 м. сделав в штрафной площадке разбег в 3-4 шага, он направляет мяч верхом так, чтобы он приземлился в пределах коридора. Переступить границу штрафной площадки запрещается. Испытуемый выполняет 3 попытки. Учитывается лучший результат.

Челночный бег 104 м с высокого старта. Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногой. Повернувшись на 180 градусов, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метровой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта. Завершается упражнение рывком до 6 – метровой отметки и возвратом к линии ворот. Достигнув той или иной отметки, испытуемый должен перед поворотом коснуться ее ногой.

При приеме нормативов промежуточной аттестации возможны изменения или дополнения видов нормативов и при необходимости оценки дополнительных физических качеств на усмотрение тренера-преподавателя по согласованию с руководством учреждения можно принять другие нормативы комплекса ГТО согласно возрастной ступени.

Оценка уровня специально-физической и технической подготовки футболистов по данной программе осуществляется в конце учебного года. В ходе аттестации, обучающиеся демонстрируют уровень выполнения основных элементов футбола:

- Основные элементы технической подготовки
- Ходьба в сочетании с бегом
- Бег с изменением направления, скорости, с приставными шагами – вправо, влево, спиной вперед, зигзагом – с выпадом в стороны, с подскоками, с высоким подниманием бедра, с захлестыванием, челночный бег
- Защитная стойка
- Прыжки вверх, отталкиваясь одной или двумя ногами, вперед, назад, в стороны отталкиваясь одной или двумя ногами
- Удар внутренней стороной стопы по неподвижным и катящимся мячам, серединой подъема по неподвижным и катящимся мячам, внутренней частью подъема по неподвижным и катящимся мячам, пяткой, пяткой скрестно
- Удар – бросок стопой, с лета внутренней стороной стопы
- Боковой удар серединой или внешней частью подъема с лета
- Удары ногой различными способами на точность и силу после остановки, ведения рывков
- Прием (остановка) катящихся мячей внутренней стороны стопы
- Ведение мяча внутренней стороной стопы, мяча подошвой
- Обманные движения без мяча
- Финт «Уходом»
- «Проброс мяча мимо соперника»
- Отбор мяча выбиванием, перехватом
- Комплексное выполнение (сочетание) изученных технических приемов с мячом. Тактика игры в атаке:
- «открывание»
- Отвлечение соперников
- Маневрирование
- Передачи
- Ведение и обводка
- Удары по воротам
- Комбинация «игра в одно – два касания» между партнерами, «стенка», «двойная стенка», «скрещивание», «смена мест», «пропускание мяча», при введении мяча в игру из-за боковой линии, при участии вратаря, при розыгрыше штрафных и свободных ударов на чужой половине поля, при розыгрыше угловых ударов.

Контрольные нормативы для определения уровня специально-физической и технической подготовке обучающихся спортивно-оздоровительного этапа.

Контрольные нормативы для определения уровня специально-физической и тактической подготовке обучающихся

Норматив	Содержание
Ведение мяча, обводка стойки удар по воротам	Выполняется с линии старта (30 м от линии штрафной площадки) вести мяч 20 м , далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10 м от штрафной площадки, а через каждые 2 м ставятся еще 3 стойки), и не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не будет забит в ворота, упражнения не засчитываются. Даются 3 попытки.

	Учитывается результат лучший попытки.
Удар по мячу любым способом левой, правой ногой с расстояния 17 м (15 лет)	Футболисты 8-14 лет посылают мяч по воздуху в заднюю треть ворот, разделенных по вертикали. Юноши 15 лет посылают мяч в половину ворот, он должен пересечь ворот по воздуху и коснуться земли не ближе, чем в 10 м за воротами. Выполняется по пять ударов каждой ногой любым способом.
11 м (8-14 лет)	
Передача мяча (пас)	Футболист должен поставить опорную ногу на расстояние не более 10 см сбоку от мяча. Нога должна стоять на одном уровне с мячом. Ногу, которой будет совершаться удар, необходимо ставить жестко.
Отбор мяча	Для этого необходимо сблизиться с противником и в момент, когда он теряет контроль над мячом, послать ногу навстречу мячу или толкнуть соперника плечом в плечо и овладеть мячом.
Жонглирование мячом	Выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.
Вбрасывание мяча двумя руками из-за головы на дальность	Выполняется с разбега, не выходя за предел игровой площадки
Удар по мячу на дальность	Выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по коридору шириной 5 м. для удара каждой ногой даются по 3 попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами

Оценивание выполнения осуществляется по 3 критериям – «2», что означает безупречное выполнение приема, «1» - выполнение приема с погрешностями в техническом плане, «0» - не выполнено. Результаты итогов записываются в протокол результатов выполнения нормативов по специально-физической и технической подготовке обучающихся. Выполнение приемов менее 80% означает пересдачу нормативов программы.

IV. Рабочая программа по виду спорта «Футбол»

Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки осуществляется согласно составленному годовому учебно-тренировочному плану по видам спортивной подготовки, учебно-тематическому плану и расписанию занятий, утвержденному директором МАОУ ДО «СПШ» г. Шумерля.

Программный материал для учебно-тренировочных занятий распределен по этапам спортивной подготовки с разбивкой на периоды подготовки, включает, в том числе, при необходимости методы развития физических качеств, средства и методы тренировки, виды упражнений.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «футбол» основаны на особенностях вида спорта «футбол» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «футбол», по которым осуществляется спортивная подготовка.

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «футбол» учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраст в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду Российской Федерации виду спорта «футбол» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «футбол» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «футбол».

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Материально-технические условия:

- Обеспеченность материально-технической базой и условиями для реализации программных мероприятий;

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают:

- Наличие футбольного поля
- Наличие игрового зала
- Наличие тренировочного спортивного зала
- Наличие тренажерного зала
- Наличие раздевалок, душевых
- Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки
- Обеспечение спортивной экипировкой
- Обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно
- Медицинское обеспечение обучающихся

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

№	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1	Барьер тренировочный	штук	10
2	Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2*5 м)	штук	4
3	Ворота футбольные, тренировочные, переносные,	штук	4

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование								
№	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап	
				Первый год	Второй год	Третий год	До трех лет	Свыше трех лет
				Количество				
Для спортивной дисциплины «футбол»								

№	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1	Манишка футбольная (двух цветов)	штук	14

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование							
№	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап	
				Количество	Срок эксплуатации	Количество	Срок эксплуатации
1	Брюки тренировочные для вратаря	штук	На обучающегося	-	-	1	1
2	Гетры футбольные	пар	На обучающегося	2	1	2	1
3	Костюм ветрозащитный или костюм тренировочный утепленный	штук	На обучающегося	-	-	1	1
4	Костюм спортивный парадный	штук	На обучающегося	-	-	-	-
5	Костюм спортивный тренировочный	штук	На обучающегося	-	-	1	1
6	Перчатки футбольные для вратаря	пар	На обучающегося	-	-	1	1
7	Свитер футбольный для вратаря	штук	На обучающегося	-	-	1	1
8	Форма игровая (шорты и футболка)	комплект	На обучающегося	-	-	1	1
9	Футболка тренировочная с длинным рукавом	штук	На обучающегося	1	1	2	1
10	Футболка тренировочная с коротким рукавом	штук	На обучающегося	1	1	2	1
11	Шорты футбольные	штук	На обучающегося	1	1	2	1
12	Щитки футбольные	пар	На обучающегося	-	-	1	1
Для спортивной дисциплины «футбол»							

13	Бутсы футбольные	пар	На обучающегося	-	-	1	1
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»							
14	Обувь для мини-футбола (футзала)	пар	На обучающегося	-	-	1	1

1. Кадровые условия реализации Программы:

- укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками;
- уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников;
- непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей.

2. Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные программы спортивной подготовки:

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартам «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 г. № 952н, профессиональным стандарта «тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 г. № 191н, профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 г. № 234н, или Единым квалифицированным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденные приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 г. № 916н.

1. Для проведения учебно-тренировочных занятий и участие в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «футбол», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов.

2. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку должен соответствовать в постоянном и непрерывном режиме. Необходимо соблюдение своевременного обеспечения повышения квалификации тренеров-преподавателей.

3. Информационно-методические условия реализации Программы

Организационные условия:

- Обеспечение наполняемости групп согласно установленной численности
- Соблюдение возрастного контингента
- Отсутствие медицинских противопоказаний у воспитанников

Временно-пространственные:

- Соблюдение расписания занятий
- Определение места реализации программы

Психолого-педагогические условия:

- Преемственность содержания и форм организации учебно-тренировочного процесса с учетом специфики возрастного психофизического развития воспитанников чрез сотрудничество, совместную деятельность, дискуссию, тренинги, групповую игру, освоение культуры, рефлексия, педагогическое общение, а также информационно-методическое обеспечение

Санитарно-гигиенические условия:

- Соблюдение требований водоснабжения, канализации, освещения, воздушно-теплого режима и санитарных правил
- Охрана труда

Информационно-методические условия:

- Федеральные стандарты спортивной подготовки по виду спорта «футбол»
- Наличие дополнительной образовательной программы
- Своевременность информации в соответствии с реализацией программных требований.

К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки относится трудоемкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом.

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

На этапе начальной подготовки – двух часов

На учебно-тренировочном этапе – трех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более 8 часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Годовой учебно-тренировочный план

№п/ п	Виды подготовки и иные мероприятия	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
1.	Общая физическая подготовка	24	62	95	109
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	44	80
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	43	50
4.	Техническая подготовка	59	188	230	146
5.	Тактическая подготовка	2	3	24	69
6.	Теоретическая подготовка	3	3	13	15
7.	Психологическая подготовка	1	2	7	10
8.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	3	3	4	4
9.	Инструкторская практика	-	-	6	7
10.	Судейская практика	-	-	6	7
11.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	3	3	7	20
12.	Восстановительные мероприятия	3	6	7	29
Общее количество часов в год		98	270	486	546

Календарный план воспитательной работы

№	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.Профориентационная деятельность			
1.1	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; - профилактические беседы – диспуты: «Толерантность в спорте», «Спортивная этика: понятие и основные принципы»; - просмотр фильмов, видео сюжетов на спортивную тематику.	В течение года
1.2	Инструкторская практика	Учебно – тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведение учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе.	В течение года
2.3Здоровьесбережение			
2.1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей; - осенний и зимний День здоровья; - спортивные мероприятия, посвященные Дню спорта; - фестиваль ВФСК ГТО; - спортивные конкурсы «Мама, папа, я – спортивная семья», «Я выбираю спорт» и др.	В течение года
2.2	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима;	В течение года

		- воспитательное мероприятие «Режим дня и здоровый организм».	
2.3	Профилактика правонарушений и асоциального поведения	Профилактическая деятельность, в том числе: - подготовка пропагандийских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта; - профилактическая акция, приуроченная к празднованию Всемирного Дня здоровья; - профилактические беседы – дискуссии, направленные на здоровьесбережение.	В течение года
2.4	Антидопинговые мероприятия	Практическая деятельность обучающихся: - информационно - образовательные беседы; - анкетирование по антидопинговой тематике.	В течение года
3. Патриотическое воспитание обучающихся			
3.1	Теоретическая подготовка	- беседы, встречи, мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися.	В течение года
3.2	Практическая подготовка	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки; - физкультурные мероприятия, посвященные Дню Победы в ВОВ.	В течение года
4. Развитие творческого мышления			
4.1	Практическая подготовка	Семинары, мастера - классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов; - участие в физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях.	В течение года
5. Экологическое воспитание			
5.1	Мероприятия, направленные на повышение уровня информированности обучающихся по	- субботник; - проектная деятельность, направленная на формирование экологического сознания.	В течение года

	вопросам обеспечения экологической безопасности		
--	--	--	--

Учебно-тематический план

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/свыше одного года обучения:	≈ 120/180		
	История возникновения вида спорта и его развитие	≈13/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр.
	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	≈13/20	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	≈13/20	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	≈13/20	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.
	Самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	≈13/20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	≈13/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	≈14/20	июнь	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных

				соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
	Режим дня и питание обучающихся	≈14/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	≈14/20	ноябрь-май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
	...	...	...	...
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/свыше трех лет обучения:	≈600/960		
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈70/107	сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История возникновения олимпийского движения	≈70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
	Режим дня и питание обучающихся	≈70/107	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Физиологические основы физической культуры	≈70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈70/107	январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	≈70/107	май	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	≈60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование,	≈60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта,

	спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта			подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
	Правила вида спорта	≈60/106	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

VII. Перечень информационного обеспечения

1. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол //Липецк: ГУ РОГ «Липецкая газета», 2004-496 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта// Киев: Олимпийская литература, 2002-294 с.
3. Корх А.Я. Тренер: деятельность и личность //М.: Терра-спорт, 2000
4. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, 1998
5. Максименко И.Г. Планирование и контроль тренировочного процесса в спортивных играх // Луганс: Знание, 2000-276 с.
6. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте//Киев.1999
7. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта// М.:ИКА, 1998-320 с.
8. Спортивные игры. Техника, тактика обучения: Учебник для студентов высш.пед.уч. заведений/Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова М: Академия, 2011-520 с.
9. Физиология человека /Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса С: Мир, 1996-198 с.
10. Юный футболист: учебное пособие для тренеров. Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина М: ФиС, 1983-254 с.

Рекомендуемая литература для родителей и обучающихся:

11. Чанади А. Футбол. Техника пер. с венгерского Помивктова В.М.: ФиС.1978
12. Чанади А. Футбол. Стратегия Пер. с венгерского Гербст Ю.М. : ФиС, 1981
13. Чанади А. Футбол. Тренировка. Пер.с венгерского М.:ФиС, 1985

Интернет ресурсы:

www.football.kulichki.net

www.soccer.ru

Сайт Министерства Спорта РФ: www.minsport.gov.ru

Олимпийский комитет России www.roc.ru

Сайт международного олимпийского комитета: www.olympic.org

Сайт Российского антидопингового агентства: www.rusada.ru

Литература, рекомендуемая для подготовки педагогов

1. Настольная книга учителя физической культуры /под ред.Л.Б. Кофмана –М, 1998
2. Конева Е.В. Спортивные игры: правила, тактика, техника, 2004
3. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте – Киев, 1997
4. Конева Е.В. Спортивные игры: правила, тактика, техника, 2004