

Администрация городского округа «Город Калининград»
Комитет по образованию

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение города
Калининграда средняя общеобразовательная школа № 57

Принята на заседании
Методического (педагогического) совета
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.



Утверждаю:
Директор MAOY COШ № 57 г.
Кремер Е.О.
Приказ № 973/4
«31» 08 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Возраст обучающихся: 10-15 лет
Срок реализации: 9 месяцев (180 часов)

Автор-составитель:
Постнова Ольга Владиславовна,
Педагог дополнительного образования

г. Калининград,
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» (далее – программа) спортивной направленности, позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программа создана на основе курса обучения игре в мини-футбол под руководством Г. Колодницкий, В. Кузнецов, М. Маслов. Технические приемы, тактические действия и игра в мини-футболе таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Подвижная игра – естественный спутник жизни ребёнка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Подвижные игры являются одним из традиционных средств педагогики. Испокон веков в играх ярко отражается образ жизни людей, их быт, труд, представление о чести, смелости, мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений. Проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю, стремление к победе.

Подвижные игры являются частью патриотического, эстетического и физического воспитания детей. У них формируются устойчивое, заинтересованное, уважительное отношение к культуре родной страны, создаются эмоционально положительная основа для развития патриотических чувств: любви к Родине, её культуре и наследию. Это один из главных и основополагающих факторов детского физического развития. Они нравятся практически всем дошкольникам без исключения, так как способствуют совершенствованию двигательной координации, мышечной активности, физического равновесия, а также развитию силы, подвижности, ловкости,

активности и быстроты реакций. Более того, все подвижные игры имеют занимательный характер, тем самым настраивая ребёнка на позитивное восприятие мира, на получение положительных эмоций.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Педагогическая целесообразность программы способствует оздоровлению, нравственному и физическому воспитанию школьников, воспитанию коллективизма и коммуникабельности, толерантности и межнациональной и религиозной терпимости.

Отличительная особенность программы является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого, программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Возраст детей, участвующих в реализации программы

Данная программа предназначена для детей от 10 до 15 лет. В подростковом возрасте происходят значительные изменения в психике. Наблюдаются высокая эмоциональность, неуравновешенность настроения, немотивированные поступки, вспыльчивость, преувеличение своих возможностей. Источник этого явления - интенсивное физическое развитие, половое созревание, появление так называемого чувства взрослости

При правильной методике спортивные занятия в подростковом возрасте оказывают положительное влияние на формирование организма занимающихся. Это проявляется двояко: и как морфологические изменения в виде повышенного прироста антропометрических признаков, и как функциональные сдвиги в виде повышения работоспособности.

Специального отбора детей не проводится. Набор детей - свободный, без предъявления особых требований к знаниям и умениям детей в области мини - футбола. В группы приходят дети, как не имеющие специальные навыки, так и умеющие играть в мини - футбол, без медицинских противопоказаний.

Сроки реализации программы

Программа «Футбол» рассчитана на 9 месяцев обучения. Всего – 180 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю

Основной формой организации тренировочной деятельности является учебно-тренировочное занятие, которое проводится в форме: лекции, беседы, дискуссии, игры, практического занятия, соревнования.

В процессе обучения учитывается последовательность и систематичность, а также индивидуальность в развитии личности.

При организации учебно-воспитательного процесса используются такие методы обучения как: словесный, наглядный, исследовательский, проектный, метод игры, практический.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

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

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая.

Цель программы:

Создание условий для удовлетворения потребности ребенка в двигательной активности через занятия мини - футболом.

Задачи программы:

Образовательные:

- познакомить с основными принципами игры в мини-футбол;
- обучить основным приемам техники игры и тактическим действиям.
- научить применять техническую и тактическую составляющую в игровые ситуации.

Воспитательные:

- прививать навыки соревновательной деятельности в соответствии с правилами мини -футбола;

- воспитывать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику.

Развивающие:

- развивать специальные способности (гибкость, быстрота, ловкость) для успешного овладения навыками игры.

Планируемые результаты

- выполнять требования по физическойподготовке в соответствии с возрастом;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений,
- управлять своими эмоциями;
- играть в мини-футбол, а именно: техническим приемам и тактическим взаимодействиям, владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам, владеть игровыми ситуациями на поле, основам судейства.

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Система оценки результатов освоения программы

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности учащихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки.

Для получения объективной информации планируется использовать педагогическое наблюдение, тестирование и соревнования.

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности учащихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства. Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях различного уровня по баскетболу. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 3 раза в год (октябрь, декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Контроль осуществляется по таблице нормативов разработанной педагогом на основе Примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва. (Приложение 1.)

Учебный план

№	Содержание (перечень разделов, тем)	Количество часов			ЦОР	Формы контроля
		Всего	Теория	Практика		
1.	«Основы знаний»	2	2			Тестирование
1.1	Вводное занятие		2			
2.	Техническая подготовка	60		60		
2.1	Техника передвижений	7		7		
2.2	Удары по мячу ногой.	7		7		
2.3	Удары по мячу головой	7		7		
2.4	Остановка мяча	7		7		
2.5	Ведение мяча	8		8		
2.6	Обманные движения (финты)	7		7		
2.7	Отбор мяча.	7		7		
2.8	Введение мяча из-за боковой линии.	6		6		
2.9	Техника игры вратаря.	4		4		

3.	Тактическая подготовка	30		30		
3.1	Индивидуальные действия без мяча.	4		4		
3.2	Индивидуальные действия с мячом	10		10		
3.3	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	16		16		
3.4	Тактика защиты	20		20		
3.5	Индивидуальные действия	8		8		
3.6	Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка»	8		8		
3.7	Тактика вратаря	4		4		
4.	Общая физическая подготовка	24		24		
4.1	Упражнения для развития общей силы	6		6		
4.2	Упражнения для развития быстроты	6		6		
4.3	Упражнения для развития быстроты	6		6		
4.4	Упражнения для развития ловкости	6		6		Тестирование Соревнования
5.	Специальная физическая подготовка	16		16		
5.1	Специальные упражнения	6		6		

	для развития быстроты.					
5.2	Специальные упражнения для развития ловкости	6		6		
5.3	Специальные упражнения для развития выносливости	4		4		
6.	Игровая подготовка	12		12		
6.1	Игры уменьшенным составом	6		6		
6.2	Игры с выполнением определенного задания	6		6		
7.	Инструкторская и судейская практика	2		1		
7.1	Изучение подготовки арбитра к футбольному матчу		1			
7.2	Изучение жестов арбитра футбольного матча			1		
8.	Соревнования	12		12		
8.1	Участие во внутришкольных соревнованиях	4		4		
8.2	Участие в районных и городских соревнованиях	8		8		
9.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	2		2		Тестирование
	ИТОГО:	180				

Содержание программы

Раздел 1. «Основы знаний»

1.1. Вводное занятие

Теория: Физическая культура и спорт в России. Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

Развитие футбола в России. Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок России по футболу.

Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.

Места занятий и оборудование. Площадка для игры в мини-футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры.

Раздел 2. Техническая подготовка

2.1. Техника передвижения

Практика: Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

2.2. Удары по мячу ногой

Практика: Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

2.3. Удары по мячу головой

Практика: Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

2.4. Остановка мяча

Практика: Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

2.5. Ведение мяча

Практика: Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

2.6. Обманные движения (финты)

Практика: Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя

передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

2.7. Отбор мяча

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

2.8. Ведение мяча из-за боковой линии

Практика: Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

2.9. Техника игры вратаря.

Практика: Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля

катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Раздел 3. Тактическая подготовка

3.1. Индивидуальные действия без мяча. Тактика нападения.

Практика: Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

3.2. Индивидуальные действия с мячом.

Практика: Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации,

целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

3.3. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.

Практика: Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

3.4. Тактика защиты

Практика: Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

3.5. Индивидуальные действия.

Практика: Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

3.6. Групповые действия.

Практика: Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

3.7. Тактика вратаря.

Практика: Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот. Учебно-тренировочная игра. Анализ проведенной игры.

Раздел 4-5 «Общая и специальная физическая подготовка»

Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом (масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат».

Упражнение в висах и упорах. Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Прыжки с разбега в длину. Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок»,

«Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переносом набивных мячей.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5 – 10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег

«змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

Раздел 6. Игровая подготовка

В каждом тренировочном занятии выделять время на игровую подготовку учащихся (1х1, 2х2, 3х3, 4х4, 5х5)

Раздел 7. Инструкторская и судейская практика

7.1. Изучение подготовки арбитра к футбольному матчу

Теория: углублённое рассмотрение вопросов по правилам.

Раздел 8. Соревнования

Товарищеские встречи с командами других школ.

Раздел 9. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов

Организационно-педагогические условия реализации программы

Организационно – педагогические условия реализации образовательной программы обеспечивают ее реализацию в полном объеме, качество подготовки учащихся, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям,

способностям, интересам и потребностям учащихся.

Кадровое обеспечение: тренеры - преподаватели, имеющие высшее специальное образование, имеющие опыт работы с детским коллективом, обладающие знаниями и практическими умениями вида спорта футбол, стремящиеся к профессиональному росту.

Техническое оснащение

- Спортивный зал
- Открытое плоскостное сооружение для футбола
- Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная)
 - Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);
 - Комплект футбольных мячей (на команду);
 - Набивные мячи;
 - Скакалки;
 - Компрессор для накачки мячей;
 - Стойки и «пирамиды» для обводки;
 - Гимнастические маты;

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года
№ 273-ФЗ;
2. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14, зарегистрированного в Минюсте РФ 20.08.2014 г., регистрационный номер 33660);
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. «Настольная книга учителя физической культуры» Г.И.Погадаев
ФиС,2008
7. «Теория и методика физической культуры Спб .издательство
«Лань»,2008»
8. «Физическая культура »Н.В.Решетников Ю.Л.Кислицын
,Р.Л.Палтикевич, Г.И.Погадаев ИЦ «Академия»,2008
9. «Общая педагогика физической культуры и спорта » -М.:ИД «Форум»
,2007
- 10.«Искусство подготовки высококлассных футболистов» Н.Люкшинов
Изд.: Советский спорт , 2006
- 11.Внеурочная деятельность учащихся. Футбол М., «Просвещение»
Г.Колодницкий, В.Кузнецов, М.Маслов

12.« Футбол. Настольная книга детского тренера.1-2 этап (8-12 лет)

А.Кузнецов М. «Олимпия»/ «Человек », 2010

Информационно-методические пособия:

1. А.В. Шамонин Футбол: методика проведения занятий. Москва 2012г.
2. В.В. Павлов Физиология футбола. Москва 2008г.
3. Д.А. Милки Футбол основы игры. Москва 2007г.
4. А.А. Кочетов Управление футбольной командой. Москва 2010г.

Электронное учебно-методическое пособие по футболу:

1. <http://footblogger.ru/obuchenie-udaru-po-letyashhemu-myachu/>
2. <http://footblogger.ru/vratarskie-priemy/>
3. <http://footblogger.ru/trenirovka-vratarejj-razminka-i-rabota-s-myachom/>
4. <http://footblogger.ru/igra-v-zashhite/>
5. <http://footblogger.ru/uroki-futbolnogo-fristajila/>

**Таблица нормативов
для организации контроля**

Определение уровня технической подготовки

Наименование теста	лет	5		4		3	
		Мал.	Дев.	Мал.	Дев.	Мал.	Дев.
«Змейка» с ведением мяча 2+15 м (сек.)	12	10.0	11.0	10.5	11.5	11.0	12.0
	13	8.8	9.8	9.0	10.0	9.3	10.3
	14	8.5	9.5	8.8	9.7	9.0	10.0
	15	8.4	9.4	8.7	9.6	9.0	10.0
Челночный бег с ведением мяча 3+10 м (сек.)	12	8.6	9.0	8.9	9.2	9.2	9.4
	13	8.3	8.6	8.5	8.8	8.8	9.0
	14	8.1	8.5	8.4	8.7	8.7	9.0
	15	8.0	8.4	8.3	8.6	8.6	9.0
Штрафной бросок, 10 бросков (количество попаданий)	12	5	5	4	4	3	3
	13	5	5	4	4	3	3
	14	6	6	5	5	3	3
	15	6	6	5	5	4	4
Бросок в движении, 10 бросков (количество попаданий)	12	5	5	4	4	3	3
	13	6	6	5	5	3	3
	14	7	7	6	6	3	3
	15	8	8	6	6	4	4
Передача мяча в стену за 30 сек. (количество передач)	12	19	18	18	17	17	16
	13	20	19	19	18	18	17
	14	21	20	19	18	18	17
	15	22	20	20	19	19	18