Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Зырянская средняя общеобразовательная школа»
Зырянского района

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № ___ от ___ 2021
Директор школы Т. А. Шлюнько

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**ФУТБОЛ**»

Направленность: физкультурно-спортивное

Направленность программы по футболу по содержанию является физкультурно-спортивной, по функциональному предназначению-досуговой, по форме организации - кружковой, по времени реализации -годичной.

Программа разработана на основе «Комплексной программы физического воспитания», авторы: В.И.Лях, А.А.Зданевич.

Возраст обучающихся: 9-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор(ы) программы:
Бирюков Валентин Владимирович,
учитель физической культуры
Высшая квалификационная категория

Зырянское 2021

№ п/п	Содержание Программы	Стр.
1	Пояснительная записка	
2	Содержание	
3	Учебный план	
4	Календарный учебный график	
5	Организационно-педагогические условия реализации Программы	
6	Формы аттестации	
7	Оценочные материалы и иные компоненты Программы	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» физкультурно-спортивное направленности (далее – Программа) разработана в соответствии с действующей нормативной базой в сфере дополнительного образования детей:

- Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ);
- Национальным проектом «Образование» на 2019-2024 гг. (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. приказом Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196 от 09.11.2018 г.);

Актуальность

Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка.

Успешность обучения футболу детей, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Возрастные, половые и индивидуальные различия ребёнка являются

важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов техники футбола.

Цель:

Создание условий для воспитания физически здоровой гармонично развитой личности подростков, через систематические футболом, участие в спортивных соревнованиях различного уровня

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию обучающихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, профессионального самоопределения и творческого труда обучающихся;
- социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры обучающихся;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству Российской Федерации

Задачи программы:

- Создание условий для развития личности ребёнка;
- Развитие мотивации юного футболиста к познанию и творчеству;

- Обеспечение эмоционального благополучия ребёнка и подростка;
- Приобщение обучающихся к достижениям мировой культуры, российским традициям, национальным особенностям региона;
- Укрепление психического и физического здоровья;
- Создание условий для профессионального самоопределения и творческой самореализации спортсмена;
- Просмотр талантливых детей в юношески сборные команды региона.

Возраст обучающихся: 11-17
Объем Программы:204.
Нормативный срок освоения Программы: Программа рассчитана на 1 год
Форма обучения по Программе: очная.

Результаты обучения по программе

Критериями оценки достижения цели и задач, поставленных в данной программе, являются выполнение разрядных требований, испытаний по ОФП, результаты выступлений в соревнованиях.

Ожидаемый результат обучения по данной программе предполагает:

- Успешную сдачу контрольных нормативов по ОФП (Приложение 1)
- Индивидуальный рост физподготовки учащихся
- Высокий уровень морально-волевых качеств и систему ценностных ориентаций.
- Готовность дальнейшего совершенствования спортивного мастерства в других учебных заведениях по данному виду спорта.

Обучающиеся знают:
- теорию игры в футбол
- гигиену спортсмена
- историю развития футбола

Обучающиеся умеют:
- владеть основами техники и тактики игры в каждой возрастной группе.
- участвовать в соревнованиях разного уровня.

Учащиеся смогут решать следующие жизненно-практические задачи:
- правильно организовать свой досуг
- вести здоровый образ жизни

Воспитанник способен проявить следующие отношения:
- уважительно вести себя по отношению к преподавателю и др. членам кружка
- доброжелательно относиться к сопернику
- уметь правильно реагировать на похвалу и критику

получат опыт: в инструкторской и судейской практике, участия в соревнованиях, организации и проведения спортивных мероприятий.

2. СОДЕРЖАНИЕ

Теоретическая подготовка (для всех возрастных групп)

Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Физическая культура в системе народного образования. Коллективы физической культуры, спортивные секции ДЮСШ, СДЮШОР и общеобразовательные школы – интернаты олимпийского резерва. Единая спортивная классификация и ее значение. Разрядные нормы и требования по футболу. Международное спортивное движение, международные связи российских спортсменов. Олимпийские игры. Выступление российских спортсменов на Олимпийских играх.

Развитие футбола в России и за рубежом.

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнованиия по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях: (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность»,чемпионаты Европы, Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

Сведения о строении и функциях организма человека.

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся. Совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Гигиенические знания и навыки. Закаливание.

Режим и питание спортсмена. Гигиена. Общее понятие о гигиене. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, ногами. Гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна. Гигиенические основы режима учебы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.

Закаливание. Значение закаливания для повышения работоспособности и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям, роль закаливания в занятиях спортом. Гигиенические основы, средства закаливания и методика их применения. Использование естественных природных сил (солнца, воздуха, и воды) для закаливания организма. Питание. Значение питания как фактора борьбы за здоровье. Понятие о калорийности усвояемости пищи. Примерные суточные пищевые нормы футболистов в зависимости от объема и интенсивности тренировочных занятий и соревнований. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсмена.

Врачебный контроль и самоконтроль.

Оказание первой помощи. Спортивный массаж. Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, ди-

намометрия, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение.

Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», переутомлении, утомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена. Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности. Спортивный массаж. Общее понятие.
Основные приемы массажа: (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, после и во время тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

Общая и специальная физическая подготовка.

Значение всесторонней физической подготовки – важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем и воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости спортсмена. Общая и специальная физическая подготовка. Краткая характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в процессе тренировочных занятий с юными футболистами. Взаимосвязь между развитием основных двигательных качеств. Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка, перед тренировкой и игрой. Круглогодичность занятий по физической подготовке. Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различного возраста. Контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовке для юных футболистов.

Техническая подготовка.

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Высокая техника владения мячом - рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Анализ выполнения технических приемов и их применение в различных игровых ситуациях: ударов по мячу ногами и головой, остановок, ведения, обводки и ложных движений (финтов), отбора мяча, вбрасывания мяча, основных технических приемов игры вратаря. Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке для юных футболистов. Основные недостатки в технике футболистов и пути их устранения.

Правила игры. Организация и проведение соревнований.

Разбор правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Выбор места судьей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к организации и
проведению соревнований. Особенности организации и проведения соревнований по мини – футболу.

Планы соревнований. Системы розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная, их особенности. Положения о соревнованиях. Составление календаря игр. Оценка результатов игр. Заявки, их форма и порядок предоставления. Назначение судей. Оформление хода и результатов соревнований.

Установка перед играми и разбор проведенных игр.

Значение предстоящих игр и особенности турнирного положения команды.
Сведения о сопернике: тактика игры команды и отдельных звеньев и игроков команды, сильные и слабые стороны игры, примерный состав, характеристика игроков.

Определение состава своей команды. Тактический план предстоящей игры. Задания отдельным игрокам и звеньям. Возможные изменения тактического плана в процессе соревнований.

Руководящая роль капитана команды в процессе игры. Использование 10 –минутного перерыва для отдыха и исправления допущенных ошибок в игре команды.
Разбор прошедшей игры. Анализ всей команды, отдельных звеньев и игроков.

Положительные и отрицательные моменты в ходе игры команды, звеньев и игроков, связанные с выполнением задания. Причины успеха или невыполнения задания. Проявление морально-волевых качеств.

3.Учебный-план

Система многолетней тренировки включает в себя условия:

-систему спортивных соревнований и динамику соревновательных нагрузок;
-систему восстановительно-профилактических мероприятий;
-материально-техническое обеспечение;
-повышение квалификации тренеров-преподавателей;
-формирование личности спортсмена.

№ п-п	Общее кол-во часов	Тема занятия	Теория	Практика
1.	2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ	2	
2.	2	История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры	2	
3.	4	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста		6
4.	6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.		6
5.	6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.		6
6.	6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.		6
7.	6	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.		6
8.	6	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.		6
9.	8	ОФП.		8
10	12	СФП		12

11	6	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.		6
12	6	Обучение и совершенствование техники ведения мяча.		6
13	6	Обучение и совершенствование техники обманных движений.		6
14	6	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.		6
15	6	Учебная игра.		6
16	6	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и неведущей ногой.		6
17	6	Судейская практика		6
18	6	Подвижные игры с элементами футбола.		6
19	6	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.		6
20	6	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.		6
21	6	ОФП.		
22	6	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.		6
23	6	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию.		6
24	6	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.		6
25	6	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.		6
26	6	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков.		6
27	6	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.		6
28	6	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.		6
29	8	Обучение тактическим действиям в защите.		8
30	6	Развиваю Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.		6
31	8	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения.		8
32	6	Обучение и совершенствование техники защиты.		6
33	8	Учебные игры и соревнования с разбором допущенных ошибок.		8

34	2	Итоговое занятие.		2
Итого	204	часов		

Контрольные упражнения и нормативы

Для полевых игроков и вратарей
По общей Физической подготовке

1. Бег 30м
2. Бег 300 м
3. Бег 400 м
4. 6-минутный бег
5. 12-минутныЙ бег
6. Бег 10х30 ч
7. Прыжок в длину с места
8. Тройной прыжок с места
9. Пятикратный прыжок с места

Упражнения выполняются по правилам соревнований по легкой атлетике Бег выполняется с высокого старта. Время между попытками в тесте «бег» 10х30 м составляет 25 сек. Учитывается среднее время 10 попыток.

Для полевых игроков

По специальной физической подготовке

10. Бег 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией.

Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише - время бега.

11. Бег 5х30 с ведением мяча выполняется также, как и бег на 30 м с мячом. Все старты – с места. Время для возвращения на старт - 25 сек. В случае нарушения правил прохождения отрезка футболист возвращается на старт (за счет 25 сек) и упражнение повторяется.

Обязанности судей те же, что и при беге на 30 м с мячом.

12. 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 10 м.

Для удара каждой ногой даются три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

13. Вбрасывание мяча на дальность выполняется в соответствии с правилами игры в футбол по коридору шириной 2 м. Мяч, упавший за пределами коридора не засчитывается. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

По технической подготовке:

14. Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м (подростки 10-11 лет – с расстояния 11 м)

Футболисты 10-15 лет посылаю мяч по воздуху в заднюю 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 пять ударов каждой ноги любым способом. Учитывается сумма попаданий.

15. Ведения мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м от линии штрафной площади) вести мяч 20 м, далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10 м от штрафной площади, а через каждые 2 м ставятся еще три 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 порота, упражнения не засчитываются. Даются три попытки, учитывается лучший результат.

16. 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 более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

Для вратарей

17. Доставания подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке - выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой. Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой руки (кисть сжата в кулак). На каждую высоту дается три попытки. Учитывается лучший результат.

18. Удар по мячу с рук на дальность (разбег не более четырех шагов) – выполняется с разбега, не выходя из пределов штрафной площади, по коридору шириной в 10 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается лучший результат.

19. Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов) выполняется по коридору шириной 3 м.

Примечания.

1.Упражнения по общей физической подготовке выполняются в туфлях без шипов.

2.Упражнения по специальной физической подготовке выполняются в полной игровой форме.

Представленные контрольные нормативы являются переводными. Прием контрольных нормативов осуществляется в каждой учебной группе не менее трех раз в течение учебного года (сентябрь-октябрь, март-апрель, июнь-июль) Для перевода в следующую учебную группу учащиеся каждой учебной группы должны выполнить строго определенное число нормативов. Отдельные юные футболисты, не выполнившие установленное число нормативов, но являющиеся перспективными, решением педагогического совета, в порядке исключения, переводятся в следующую группу.

Нормативные требования для групп начальной подготовки 8-9 лет

1. по общей физической подготовке:

1.	Челночный бег 3х10 или бег 30 ч с высокого старта (сек)	10,0 6,0	9,5 5,5
2.	Метание теннисного мяча в цель с 6 м из трех попыток (количество попаданий)	1	2
3.	Кросс без учета времени (м)	300	500
4.	Многоскоки (8 прыжков-шагов с ноги на ногу) (м)	10,5	12,5
5.	Лазание по канату с помощью ног (м)	1,5	2
6.	Ходьба на лыжах (км) В бесснежных районах: езда на велосипеде (км)	1 2	2 3
7.	Плавание (любым способом) (м)	12	25

8.	Полоса препятствий (количество баллов)	7	9

2. по технической подготовке

1	Удар по мячу на дальность (м)	24	28
2	Комплексное упражнение: ведение 10 м, обводка трех стоек, поставленных на 12-метровом отрезке, с последующим ударом в цель (2,5х1,2 м) с расстояния 6 м - из трех попыток (сек)	12	9,5
3	Бег на 30 м с ведением мяча (сек)	-	6,5
4	Жонглирование мячом ногами (количество ударов)	-	8

Нормативы по физической подготовке и технике игры в футбол

Упражнения	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет
1	2	3	4	5	6	7	8	9
По общей физической подготовке для полевых игроков и вратарей								
1. бег 30 м (сек)	5.3	5.1	4.9	4.7	4.6	4.4	4.3	4.2
2. бег 300 м (сек)	60.0	59.0	57.0					
3.бег400м(сек)				67.0	65.0	64.0	61.0	59.0
4. 6-минутный бег (м)			1400	1500				
5. 12-минутный бег (м)					3000	3100	3150	3200
6. бег 10х30 м (сек)							4.50	4.40
7. прыжок в длину с/м (см)	160	170	180	200	220	225	240	250
8. тройной прыжок с/м (см)	450	460	520	560	600			
9. пятерной прыжок (м)						12.00	12.50	13.00
По специальной физической подготовке для полевых игроков								
1. бег 30 м с ведением мяча (сек)	6.4	6.2	6.0	5.8	5.4	5.2	4.8	4.6
2. бег 5х30 м с ведением мяча (сек)				30.0	28.0	27.0	26.0	24.0
3. удар по мячу на дальность - сумма ударов правой и левой ногой (м)			45	55	65	75	80	85
По технической подготовке для полевых игроков								
1. удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	6	7	8	6	7	8	6	7
2. ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)				10.0	9.5	9.0	8.7	8.5
3. жонглирование мячом (количество раз)	8	10	12	20	25			
Для вратарей								
1. удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м)				30	34	38	40	43
2. доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)				45	50	55	58	60
3. бросок мяча на дальность(м)				20	24	26	30	32

Таблица результатов по бальной системе

Возраст (лет)	Количество упражнений	Сумма баллов
9-10	7	21
11	7	21
12	9	27
13	13	39
14	13	39
15	12	36
16	12	36
17	12	38

Тестирование по учебным контрольным нормативам проводится в форме соревнований два раза в год в сентябре-октябре, апреле-мае каждого учебного года (весеннее, осеннее тестирование).

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п-п	Общее кол-во часов	Тема занятия	план	факт
2.	2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ		
3.	2	История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры		
4.	4	Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста		
5.	6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.		
6.	6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.		
7.	6	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.		
8.	6	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.		
9.	6	Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.		

10.	8	ОФП.		
11.	12	СФП		
12.	6	Обучение и совершенствование техники остановки мяча.		
13.	6	Обучение и совершенствование техники ведения мяча.		
14.	6	Обучение и совершенствование техники обманных движений.		
15.	6	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.		
16.	6	Учебная игра.		
17.	6	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и неведущей ногой.		
18.	6	Судейская практика		
19.	6	Подвижные игры с элементами футбола.		
20.	6	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.		
21.	6	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.		
22.	6	ОФП.		
23.	6	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.		
24.	6	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию.		
25.	6	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.		
26.	6	Обучение и совершенствование техники передач мяча на месте и в движении.		
27.	6	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков.		
28.	6	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений.		
29.	6	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.		
30.	8	Обучение тактическим действиям в защите.		
31.	6	Развиваю Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.		
32.	8	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения.		
33.	6	Обучение и совершенствование техники защиты.		

34.	8	Учебные игры и соревнования с разбором допущенных ошибок.		
Итого	204 часов			

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Воспитательная работа

Имеется ряд причин, обязывающих тренера серьёзно и целенаправленно заниматься воспитательной работой.

Воспитание является обязанностью человека, избравшего педагогическую профессию-профессию тренера. Тренер полностью в ответе за будущее своих воспитанников. Огромна притягательная сила спорта. Молодые люди способны увлечься этой деятельностью настолько, что она на некоторое время может заслонить от них остальные стороны жизни - учёбу, подготовку к труду, обязанности перед близкими. В этих условиях авторитет тренера необычайно высок и выходит далеко за рамки спортивной деятельности, распространяясь на самый широкий круг вопросов.

Спортивная деятельность обладает очень большими воспитательными возможностями. Она моделирует в игровом, а значит в несколько условном виде самые сложные жизненные ситуации и поэтому содержит в себе в потенциальном виде возможность решения любых воспитательных задач.

Как показывает спортивная практика, с первых дней в работе с новичками тренер должен серьёзное внимание уделять вопросам нравственного воспитания.

Сущность и структура воспитательного процесса.

Воспитание является процессом целенаправленным, планомерным, систематическим и непрерывно осуществляемым для всестороннего развития личности юных спортсменов. Этот процесс должен строиться на чёткой профессиональной основе.

Компоненты воспитательной работы:

-цель воспитания и конкретные воспитательные задачи, обеспечивающие достижение цели;

-знание и учёт возрастных и индивидуальных особенностей воспитанников;

-владение всеми методами воспитания и широким арсеналом методических приёмов;

-выбор места и средства педагогического воздействия, организационных форм и характера общения.

Задачи и содержание воспитательной работы.

Воспитательная работа с юными футболистами подчинена в целом общей конечной цели: воспитанию гармонично развитого человека, активной и сознательной личности, обладающей духовным богатством, моральной чистотой и физическим совершенством.

Достижение любой воспитательной цели, как правило, связано с решением трёх тесно связанных задач:

- формирование нравственного сознания;

- формирование поведения: умений, навыков, привычек нравственного и дисциплинированного поведения, соответствующих черт характера;

- формирование личностных качеств волевых (смелости, настойчивости, решительности), нравственных (честности, доброжелательности, скромности), трудовых (трудолюбия, добросовестности, исполнительности);

Эти задачи коротко могут быть выражены следующим образом: чтобы достичь поставленной воспитательной цели, тренер должен добиться, чтобы воспитанник знал, умел, хотел и мог поступать должным образом.

Основные принципы, характеризующие условия, в которых должен протекать воспитательный процесс:

- связь воспитания с реальной жизнью и трудом;

- воспитание в коллективе;

- единство требований и воспитательных воздействий со стороны всех взрослых, контактирующих с ребёнком;

- сочетание требовательности с уважением к личности воспитанника;

- учёт индивидуальных особенностей каждого;

- систематичность и непрерывность воспитательного процесса;

- единство слова и дела в жизни спортивной группы;

- сплочённость коллектива, его ориентацию на спортивные и нравственные идеалы.

Методы и формы воспитательной работы.

Методы воспитания выполняют роль инструментов, с помощью которых решают все возникающие задачи. Сознание юных спортсменов формируется через указание и разъяснение правил поведения на тренировке, во время игры, норм спортивной этики. Большое воспитательное значение имеет ***личный пример тренера.***

Основной в работе тренера является группа методов воспитания, обеспечивающая организацию деятельности юных футболистов, формирования их поведения:

1. Организация чёткого контроля за выполнением предъявляемых к группе требований дисциплинарного и поведенческого характера.

2. Организационная чёткость учебно-тренировочного занятия, обеспечивающего формирование добросовестности и трудолюбия, и включение футболистов в систему взаимопомощи и взаимной оценки при выполнении учебных заданий.

3. Общественные поручения. Достаточно важными для группы и освобождающими тренера от рутинных обязанностей могут стать следующие поручения:

- общее руководство группой (капитан команды);

- контроль готовности мест занятий, расстановка и уборка инвентаря;

- проверка личной гигиены и экипировки;

- новости из жизни спорта и футбола в частности;

- разбор нарушений дисциплины, спортивной этики, конфликтов в группе;

- культурно-массовая работа: экскурсии, походы, вечера отдыха, чествование победителей;

- ведение личных карточек с учётом спортивных достижений и результатов.

Формы организации воспитательной работы в школе носят как групповой, так и индивидуальный характер, воспитание как учебно-тренировочном занятии, так и в моменты досуга и отдыха. Тренер должен побуждать ученика к самоанализу поступков, раскаянию в содеянных безнравственных поступках, стремлении к воспитанию эстетического вкуса и нравственного поведения и здорового образа жизни не только в период активных занятий, а главное по окончании спортивной карьеры.

В воспитательной деятельности тренер должен привлекать родителей своих учеников, помогать выработать режим дня ребёнка, здоровое своевременное питание. У родителей и тренеров должно быть единство целей и оценок поступков ребёнка, а главное правильная реакция на оценку этих поступков. Необходим контакт с общеобразовательным учебным заведением, где чётко должны понимать важность занятий в школе, радоваться успехам своих учащихся и выступать помощниками в возможности ребёнка и учиться, и полноценно тренироваться, достигая наивысших результатов в избранном виде спорта.

. Учебно-методическое обеспечение реализации

Гриндлер К и др. Физическая подготовка футболистов. М. «Физкультура и спорт» 1976 г.
Гриндлер К и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. М. «Физкультура и спорт» 1976 г.
Заваров А.А. Футбол. Уроки профессионализма для начинающих. «Спб-Питер» 2010 г.
Кук М. 101 упражнение для юных футболистов (для 12-16лет) М. «АСТ» 2003 г.
Кук М. 101 упражнение для юных футболистов (для 7-11лет) М. «АСТ» 2003 г.
Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классов. М. «Просвещение» 2008 г.
Палфаи Я. Подготовка молодого футболиста. М. 1973 г.
С.Н.Андреев МИНИ-ФУТБОЛ Москва 2008 г.

. Интернет-ресурсы и электронные ресурсы

.

Оснащение и оборудование

1. Мяч футбольный - 10 шт.
2. Мяч набивной - 4 шт.
3. Скакалка- 10шт.
4. Беговая дорожка - 1 шт.
5. Гимнастический мат - 6 шт.
6. Сетки футбольные - 2 шт.
7. Тренировочные стойки - 10 шт.
8. Секундомер - 1 шт.
9. Теннисные (малые) мячи - 10 шт.
10. Свисток судейский - 1 шт.

7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Контроль за усвоением изучаемого материала проводится:

1. В игровой форме (викторины, кроссворды и т. д.). Такая форма контроля позволяет проследить за усвоением преподаваемого материала.
2. Контрольные срезы с использованием карточек с вопросами и практическими заданиями по темам программы.
3. Анкетирование и тестирование по ЗУН учебной программы и воспитательного сопровождения учебного процесса.
4. В форме контрольных упражнений и соревнований.

7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ПРОГРАММЫ

Практические рекомендации по организации физической и технической подготовки и оценка контрольных упражнений.

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	
	Юноши	Девушки
Быстрота	Бег на 30 м со старта (не более 6,6 с)	Бег на 30 м со старта (не более 6,9 с)
	Бег на 60 м со старта (не более 11,8 с)	Бег на 60 м со старта (не более 12,0 с)
	Челночный бег 3 х 10 м (не более 9,3 с)	Челночный бег 3 х 10 м (не более 9,5 с)
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 135 см)	Прыжок в длину с места (не менее 125 см)
	Тройной прыжок (не менее 360 см)	Тройной прыжок (не менее 300 см)
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 12 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 10 см)
Выносливость	Бег на 1000 м	Бег на 1000 м

Подсчет результатов по трёхбалльной системе. Так, 3 балла получает тот, кто улучшил свой предыдущий результат в беге на различные дистанции, в прыжковых упражнениях, в метаниях предметов, в игровых заданиях (например, время выполнения определенной комбинации). Два балла – если предыдущий результат не изменился; один балл – если результат показан хуже предыдущего.

Перед началом процесса обучения в спортивной школе следует выяснить уровень физических качеств учащегося, а если он недостаточен для освоения запрограммированных двигательных действий, надо спланировать необходимый период предварительной физической (базовой) подготовки.