

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа имени А.В. Игнатьева «Улап»
Яльчикского района Чувашской Республики»**

ПРИНЯТО

решением педагогического совета

МАУ ДО «ДЮСШ им. А.В. Игнатьева «Улап»

протокол № 1 от 04.08 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора МАУ ДО

«ДЮСШ им. А.В. Игнатьева «Улап»

от 04.08 2020 г. № 1

 Р.Н. Григорьев

«04» 08 2020 г.

**Дополнительная
предпрофессиональная программа
в области физической культуры и спорта
по МИНИ-ФУТБОЛУ**

Срок реализации: 9 лет

Возраст обучающихся: от 7 до 17 лет

Разработчики:
тренера-преподаватели
Григорьев Р.Н.
Кудряшов В.В.

с. Яльчики, 2020 г.

1. Пояснительная записка

- 1.1. Цели и задачи при реализации дополнительной предпрофессиональной программы.
- 1.2. Характеристика вида спорта – футбол.
- 1.3. Продолжительность обучения, минимальный возраст детей для зачисления на обучение, наполняемость групп.
- 1.4. Результаты освоения дополнительной предпрофессиональной программы (базового и углубленного уровней).

2. Учебный план при реализации дополнительной предпрофессиональной программы (базового и углубленного уровней)

- 2.1. Соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебно-тренировочного процесса.
- 2.2. План учебно-тренировочного процесса.

3. Методическая часть по образовательной программе базового и углубленного уровней

- 3.1. Содержание и методика работы по предметным областям, годам обучения
- 3.2. Объемы максимальных учебно-тренировочных нагрузок
- 3.3. Методические материалы.
- 3.4. Требования техники безопасности в процессе реализации программы.

4. Воспитательная и профориентационная работа

5. Система контроля и зачетные требования

- 5.1. Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы.
- 5.2. Перечень вопросов по текущему контролю, освоения теоретической части образовательной программы.
- 5.3. Методические указания по организации промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

6. Информационное обеспечение программы

- 6.1. Список литературы.
- 6.2. Перечень интернет-ресурсов.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- 1.1. Нормативно-законодательные акты.
- 1.2. Направленность, цели и задачи образовательной программы.
- 1.3. Характеристика вида спорта.
- 1.4. Структура многолетней подготовки
- 1.5. Минимальный возраст детей для зачисления на обучение.
- 1.6. Минимальное количество обучающихся в группах.
- 1.7. Планируемые результаты освоения образовательной программы обучающимися.
- 1.8. Условия реализации образовательной программы.

1.1 Нормативно-законодательные акты.

Образовательная программа разработана в соответствии с нормативно законодательными актами:

Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации". •
Федеральный закон от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорта в Российской Федерации».

Приказ Министерства просвещения РФ № 196 от 09.11.18г «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Министерства спорта РФ от 15 ноября 2018 г. N 939 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам".

Приказ Министерства спорта РФ № 187 от 07.03.19г «О внесении изменений в Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, утвержденный приказом Минспорта России от 12.09.2013 № 731».

СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 (зарегистрирован Минюстом России 20.08.2014, регистрационный N 33660).

Рекомендации приказа Минспорта РФ №1125 от 27.12.2003г «Об утверждении Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»,

1.2. Направленность, цели и задачи образовательной программы

Образовательная программа учитывает:

особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта в соответствии с требованиями статьи 84 Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, N 53 (ч. 1), ст. 7598) (далее - Федеральный закон);

требования к физкультурно-оздоровительным и спортивным услугам, обеспечивающие безопасность жизни, здоровья обучающихся, сохранность их имущества, а также методы контроля в соответствии с национальными стандартами;

- психофизиологические, возрастные и индивидуальные, в том числе тендерные, особенности обучающихся.

В соответствии с приказом Министерства просвещения РФ № 196 от 09.11.18г «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», образовательная деятельность по дополнительной образовательной программе направлена:

- на формирование и развитие творческих способностей, обучающихся;

- удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом, а также в интеллектуальном, нравственном, эстетическом развитии;

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, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.

Цель программы: формирование разносторонне гармонически физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры; укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания потребности для занятия спортом.

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса футболистов на различных уровнях сложности и годах обучения (в течение всего срока реализации программы до 8 лет).

Основными задачами реализации образовательной программы являются:

- укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
 - формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;
удовлетворение потребностей в двигательной активности;
подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;
отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и 5 физического развития;
- подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

1.3. Характеристика избранного вида спорта

БОЛ (англ. football, от foot — нога и ball — мяч), спортивная командная игра, цель которой — забить как можно больше мячей в ворота соперника, и не пропустить в свои, используя индивидуальное ведение и передачи мяча партнерам ногами, головой и др. частями тела — кроме рук. В матче побеждает команда, забившая больше голов. По популярности и распространённости на планете бол является игровым видом спорта номер один, членами международной федерации бола (FIFA) являются 208 национальных болевых федераций. Во многих странах эта игра является частью национальной культуры и объектом национальной гордости, что во многом определяет тот уровень интереса, который проявляется к болу, и тем процессам, которые его окружают, во всем мире. Эта игра имеет огромный ряд особенностей и преимуществ которые делают ее такой популярной. бол общедоступен. Для того чтобы в него играть нужны только мяч, любая ровная площадка и ворота. Поэтому многие профессиональные игроки еще в детстве начали свой путь с «дворового» бола. В эту игру может играть каждый, она проста и в то же время, интересна и зрелищна. В результате занятий болом укрепляется опорно-двигательный аппарат, укрепляются мышцы, улучшается работа кровеносной и дыхательной систем. Развивается ловкость, координация, быстрота реакции, игровое мышление, повышаются скоростносиловые характеристики и выносливость, укрепляются морально-волевые качества игрока. бол — это прежде всего командная игра, где исход встречи зависит не столько от каждого игрока в отдельности, сколько от умения этими игроками взаимодействовать друг с другом. Успех команды также зависит от скоростных и скоростно-силовых способностей болистов, умения делать грамотные передачи, видеть партнера по команде и молниеносно принимать решения. Но

бол основан не только на командных взаимодействиях и тактике, но и на индивидуальной технике каждого игрока, умения нанести удар, обвести противника, обыгрывать соперника. Все эти качества требуют огромной физической и технической подготовленности и нарабатываются путем многолетних тренировок. Влияние физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта бол

Физические качества и телосложение
 Уровень влияния
 Скоростные способности 2
 Мышечная сила 3
 Вестибулярная устойчивость 2
 Выносливость 2
 Гибкость 2
 Координационные способности 2
 Телосложение 3

Условные обозначения: 3 - значительное влияние; 2 - среднее влияние; 1 - незначительное влияние. 6

1.4. Минимальный возраст детей для зачисления на обучение. В соответствии с ч.2. статьи 75. ФЗ № 273 от 29.12.2012г «Об образовании в РФ», дополнительная предпрофессиональная программа в сфере физической культуры и спорта реализуется для детей (до 18 лет). Минимальный возраст зачисления детей на 1-й год обучения по уровням сложности программы определен санитарно-эпидемиологическими требованиями с учетом дополнительного образования детей (внешкольные учреждения) – СанПиН 2.4.4.1251-03, утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 03.04.2003г №27, а также Положением о МКОУ ДО Павловская ДЮСШ (утв. приказом № ОС2-17/2 от 16.04.19г) в соответствии с ч.4 п.9 приказа Минпросвещения РФ № 196 от 09.11.18г.

Минимальный возраст учащихся для зачисления в группы по уровням и годам обучения

	Показатель учебный нагрузки				
	Базовый уровень сложности			Углубленный уровень сложности	
Год обучения	1-2	3-4	5-6	1-2	3-4
Минимальный возраст	8-9	10-11	12-13	14-15	16-17

На обучение по дополнительной предпрофессиональной программе принимаются все желающие дети и подростки при отсутствии медицинских противопоказаний для занятий спортом, наличии вакантных мест и успешно сдавших контрольные нормативы для зачисления на уровень образовательной программы.

При объединении в одну группу обучающихся разных по возрасту и спортивной подготовленности рекомендуется не превышать разницу в уровне их спортивного мастерства свыше двух спортивных разрядов и разницу в возрасте свыше трех возрастов.

1.5. Минимальное количество обучающихся в группах.

Наполняемость учебных групп определяется в соответствии с рекомендациями приказа Минспорта РФ №1125 от 27.12.2003г «Об утверждении Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта», с учетом техники безопасности (Методические рекомендации, Москва 2007г «Нормативно-правовое и программное обеспечение деятельности спортивных школ в РФ»), возможностями материально-технической базы учреждения (бассейн и др.).

	Показатель учебный нагрузки				
	Базовый уровень сложности			Углубленный уровень сложности	
Год обучения	1-2	3-4	5-6	1-2	3-4
Кол-во учащихся	15-14	12-10	10-89	8	-

1.6. Срок обучения.

Образовательная программа разрабатывается на весь срок обучения. Срок обучения по образовательной программе составляет 8 лет: 6 лет для базового уровня и 2 года для углубленного уровня. (Для обучающихся, ориентированных на поступление в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в области образования и педагогики в сфере физической культуры и спорта, а также ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи, может быть увеличен срок обучения по образовательной программе на углубленном уровне до 2 лет).

1.7.1. Базовый уровень:

1.7.1.1. Обязательные предметные области

В предметной области "теоретические основы физической культуры и спорта":

- знание истории развития избранного вида спорта;
- знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе;
- знание основ законодательства в сфере физической культуры и спорта;
- знание основ спортивной подготовки;
- знание необходимых сведений о строении и функциях организма человека
- знания, умения и навыки гигиены;
- знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;
- знание требований техники безопасности и охраны труда;
- знание основ спортивного питания;
- самостоятельная работа обучающихся.

В предметной области "общая физическая подготовка":

- Освоение комплексов физических упражнений;
- Повышение уровня функциональных возможностей, укрепление здоровья;
- Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости и гибкости);
- Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости;
- Повышение индивидуального игрового мастерства;
- Самостоятельная работа;
- Участие в тренировочных мероприятиях.

В предметной области "вид спорта":

- техническая подготовка
- тактическая, психологическая подготовка
- интегральная подготовка
- участие в физкультурных и спортивных мероприятиях
- Участие в тренировочных мероприятиях
- Промежуточная и итоговая аттестация

В предметной области "основы профессионального самоопределения":

- инструкторская практика;
- профориентационные занятия.

1.7.1.2. Вариативные предметные области

В предметной области "различные виды спорта и подвижные игры":

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;
- умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

В предметной области "специальные навыки":

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;

- умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта;
- умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.

В предметной области "национальный региональный компонент":

- развития футбола в Чувашской Республике.

1.7.2. Углубленный уровень:

1.7.2.1. Обязательные предметные области

В предметной области "теоретические основы физической культуры и спорта":

- знание истории развития избранного вида спорта;
- знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе;
- знание основ законодательства в сфере физической культуры и спорта;
- знание основ спортивной подготовки;
- знание необходимых сведений о строении и функциях организма человека
- знания, умения и навыки гигиены;
- знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;
- знание требований техники безопасности и охраны труда;
- знание основ спортивного питания;
- самостоятельная работа обучающихся.

В предметной области "общая физическая подготовка":

- Освоение комплексов физических упражнений;
- Повышение уровня функциональных возможностей, укрепление здоровья;
- Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости и гибкости);
- Развитие скоростно-силовых качеств и специальной выносливости;
- Повышение индивидуального игрового мастерства;
- Самостоятельная работа;
- Участие в тренировочных мероприятиях.

В предметной области "вид спорта":

- техническая подготовка
- тактическая, психологическая подготовка
- интегральная подготовка
- участие в физкультурных и спортивных мероприятиях
- Участие в тренировочных мероприятиях
 - Промежуточная и итоговая аттестация

В предметной области "основы профессионального самоопределения":

- инструкторская практика;
- профориентационные занятия.

1.7.2.2. Вариативные предметные области

В предметной области "различные виды спорта и подвижные игры":

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;
- умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

В предметной области "судейская подготовка":

- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике;
- знание этики поведения спортивных судей;
- освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории "юный спортивный судья" по избранному виду спорта.

В предметной области "специальные навыки":

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;
 - умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта;
 - умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и само страховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;
 - умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.

В предметной области "национальный региональный компонент":

- развития футбола в Чувашской Республике.

1.8. Условия реализации программы.

К условиям реализации образовательной программы относится кадровое, материально-техническое обеспечение и иные условия реализации образовательной программы с целью достижения планируемых результатов их освоения. Реализация образовательной программы обеспечивается педагогическими работниками и другими работниками, имеющими соответствующее образование.

При реализации образовательной программы материально-техническое обеспечение и оборудование помещений должно соответствовать требованиям СанПин 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей", утвержденным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 N 41 (зарегистрирован Минюстом России 20.08.2014, регистрационный N 33660).

Необходимое оборудование, спортивный инвентарь и спортивная экипировка для обучения футболу перечислены в соответствии с приказом Министерства спорта РФ от 30 августа 2013 г. N 680 "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол"

На обучение по дополнительной предпрофессиональной программе принимаются все желающие дети и подростки, прошедшие контрольно-вступительные нормативы для определенного этапа обучения при наличии вакантных мест и отсутствии медицинских противопоказаний для занятий спортом.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план определяет объем учебной нагрузки и ее распределение по этапам (годам) обучения. Учебный план составлен на основе Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта, утвержденные Министерством спорта Российской Федерации №939 от 15 ноября 2018 года, содержит календарный учебный график (таб. 3); план учебного процесса (таб.4); расписание учебных занятий (Приложение 3).

Последовательность обучения. Учебный план включает в себя уровни обучения: базовый уровень сложности и углубленный уровень сложности. Для детей, ориентированных на поступление в профессиональные образовательные учреждения, образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в области образования и педагогики в сфере физической культуры и спорта, а также ориентированных на присвоение квалификационной категории спортивного судьи, срок обучения по образовательной программе на углубленном уровне можно увеличить дополнительно на 2 года.

С увеличением общего объема часов изменяется по годам обучения соотношение времени на различные виды подготовки. Из года в год повышается удельный вес нагрузок на спортивно - техническую, специальную физическую, технико-тактическую подготовку. Постепенно уменьшается объем нагрузок, направленных на ОФП в процентном соотношении.

Самостоятельная работа обучающихся в пределах 10% от общего учебного плана.

Обучающийся имеет право на обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе на ускоренное обучение, в пределах осваиваемой образовательной программы в порядке, установленном локальными нормативными актами.

Текущий контроль успеваемости - форма педагогического контроля спортивной формы обучающихся, выполнения ими учебных программ по видам спорта в период обучения.

Текущий контроль осуществляется тренером-преподавателем, реализующим дополнительные предпрофессиональные программы:

- в рамках одного тренировочного занятия;
- в рамках нескольких тренировочных занятий (при тематическом контроле);
- в течение года (при осуществлении мониторинга - отслеживания динамики развития физических качеств и/или технических, технико-тактических умений и навыков).

Промежуточная аттестация - форма педагогического контроля динамики спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений учащихся. Промежуточная аттестация осуществляется в конце каждого года обучения для перевода на следующий уровень сложности обучения и для допуска, обучающегося к итоговой аттестации.

Итоговая аттестация - форма оценки степени и уровня освоения учащимися образовательной программы.

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный учебный график разрабатывается в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14),

В соответствии с годовыми учебно-тренировочными, планами учебного процесса, тренировочными планами, рассчитанными:

на 42 недели по дополнительным предпрофессиональным программам в соответствии с федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и срокам обучения по данным программам;

Каникулы:

Зимние согласно производственному календарю, в период новогодних каникул.

Летние с 24.06.2021 - 31.08.2021 либо 01.06.2021-23.06.2021, в зависимости от расписания тренировок и возможности выезда на летние оздоровительные тренировочные мероприятия.

Занятия обучающихся в период школьных каникул проводятся в соответствии с утвержденным расписанием, планом работы на период каникул в форме тренировочных занятий, физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых, досуговых мероприятий, участия в тренировочных мероприятиях, летних учебно-тренировочных сборах, самостоятельной работы обучающихся по индивидуальным планам под руководством тренера.

Дополнительные праздничные и выходные дни согласно производственному календарю

Продолжительность учебной недели:

- 6 или 5 дневная рабочая неделя с одним или двумя выходными днями согласно расписанию (в зависимости от учебной или тренерской нагрузки и этапа спортивной подготовки)

Начало тренировочных занятий:

- согласно утвержденному расписанию, соответствующему нормам СанПин. **Длительность**

тренировочного занятия:

- время занятий исчисляется в академических часах 1 час - 45 минут
- продолжительность одного занятия с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки не может превышать:

на этапе базового уровня 1 -4 г.о. - 2 часов;

на этапе базового уровня 5-6 г.о. и углубленного уровня - 4 часов;

Календарный учебный график на 2020-2021 учебный год

Год обучения		Сводные данные																																											
1-2 г. БУ- СОГ	А-Т																																												
П	С	Э	И	К																																									
		ИТОГО																																											
		8	264	36	2	2	36																						8	264	36	2	2	36											

Дополнительная предпрофессиональная программа «Футбол»

Наименование предметных областей/форма учебной нагрузки	Обязательные предметные области			Вариативные предметные области			Теоретические занятия	Практические занятия			Самостоятельная работа	Аттестация		Количество часов в неделю	Количество часов в учебном году (52 недели)		
	Теоретические основы ФКиС	ОФП	Вид спорта	Различные виды спорта и подвижные игры	Развитие творческого мышления	Специальные навыки		Тренировочные мероприятия	Физкультурные и спортивные мероприятия	Иные виды практических занятий		Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация		Количество часов в год по	Количество групп	
Базовый уровень	1-й	26	52	40	28	14	14	14	26	24	10	60	4	6	312		
	2-й	26	52	40	28	14	14	14	26	24	10	60	4	6	312	624	2гр
	3-й	36	72	54	22	18	36	18	30	30	14	82	4	8	416		
	4-й	36	72	54	22	18	36	18	30	30	14	82	4	8	416		
	5-й	45	90	68	22	18	45	22	54	30	20	102	4	8	416	416	1гр
	6-й	45	90	68	22	18	45	22	54	30	20	102	4	6	520		
Итого		214	428	324	144	100	190	108	220	168	88	488	20	4	2496		
Углубленный уровень	1-й	45	116	94	22	18	45	22	80	30	20	128	4	12	624		
	2-й	45	116	94	22	18	45	22	80	30	20	128	4	12	624		
	3-й	50	108	122	22	18	50	24	120	55	22	133	4	14	728		
	4-й	50	108	122	22	18	50	24	120	55	22	133	4	14	728		

Итого: 1040 часов

Тренер – преподаватель: Михайлов Сергей Николаевич

Расписание учебных занятий на 2020/ 2021 учебный год

Группа	День недели	Наименование предметной области	Время проведения (начало/окончание)	Место проведения	Педагогический работник (Ф.И.О.)
БУ 2	Понедельник Среда Пятница	ФУТБОЛ	14.35 -16.15	МАУ ДО «ДЮСШ-ФСК «Аль»	Михайлов Сергей Николаевич
БУ 2	Понедельник Вторник Четверг	ФУТБОЛ	15.25-17.05	МАУ ДО «ДЮСШ-ФСК «Аль»	Михайлов Сергей Николаевич
БУ 5	Вторник Среда Четверг Пятница	ФУТБОЛ	17.10-18.50	МАУ ДО «ДЮСШ-ФСК «Аль»	Михайлов Сергей Николаевич

№ п/п	Темы/разделы обучения	Дидактические единицы Базовый уровень сложности
1		Теоретические основы физической культуры и спорта
1.1	<i>История развития избранного вида спорта</i>	<p>Футбол — командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире. В игры с мячом играли во многих странах. В Китае такая разновидность называлась Чжу-Кэ. В древней Спарте игра называлась «Эпискирос», а в Древнем Риме «Харпастум». Где-то в Новое время в Брянских землях проводились игры, инвентарём которых был кожаный мяч размером с человеческую голову, набитый перьями. Эти состязания именовались как «шалыга» и «кила». Примерно в XIV веке итальянцы изобрели игру «Кальчо». Именно они завезли эту игру на Британские острова. В XIX веке футбол в Англии приобрёл популярность, сравнимую с крикетом. В него играли в основном в колледжах [16]. В некоторых колледжах правила разрешали ведение и передачу мяча руками, в других это, напротив, запрещалось. Первая попытка создать единые правила была предпринята в 1846 году, когда встретились представители нескольких колледжей. Они установили первый свод правил. В 1857 году был основан первый специализированный футбольный клуб — «Шеффилд». В 1863 году после долгих переговоров был принят свод правил футбольной Ассоциации Англии. Также были приняты размеры поля и ворот. А в 1871 году был основан Кубок Англии — старейший футбольный турнир в мире]. В 1891 году было принято правило о пенальти. Но сначала пенальти билось не с точки, а с линии, которая так же, как и сейчас, находилась на расстоянии 11 метров от ворот. 30 ноября 1872 года был проведён первый в истории международный матч. Он прошёл между сборными Англии и Шотландии]. В 1904 году в Париже была основана ФИФА, управляющая организация в боле. В неё вошли: Бельгия, Дания, Франция, Нидерланды, Испания (как ФК «Мадрид»), Швеция и Швейцария.</p> <p>В 1901 году в Монтевидео состоялся первый в истории матч с участием сборных, не представлявших Британские острова — хозяева, сборная Уругвая в упорной борьбе уступили Аргентине со счётом 2:3.</p> <p>Начало международных соревнований</p> <p>После избрания Жюля Риме президентом ФИФА в 1921 году было ратифицировано предложение считать последующие Олимпийские футбольные турниры «чемпионатами мира по футболу среди любителей». Эти турниры — 1924 и 1928 годов — выиграла сборная Уругвая. Благодаря этим успехам у Ассоциации футбола Уругвая не было конкурентов в борьбе за организацию первого в истории Кубка мира ФИФА (более известного в русском языке просто как чемпионат мира по футболу), который прошёл в 1930 году. Уругвайцы стали победителем домашнего первенства, трёхкратными чемпионами мира по футболу и первыми обладателями Кубка мира ФИФА. Это стало началом новой эры в истории футбола. До 1970 года этот трофей носил имя Жюля Риме, также был известен как «Кубок богини Нике», но после третьей победы сборной Бразилии на чемпионате мира был отдан ей на вечное хранение. Вместо него стал разыгрываться современный Кубок мира.</p>
1.2	<i>Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе</i>	Способы укрепления здоровья. Адаптация в социальной среде при помощи физической культуры и спорта. Подготовка к труду и службе на защите Родины
1.3	<i>Основы законодательства в сфере физической культуры и</i>	Правила футбола, понятие о правилах и нормах СанПин, понятие об Уставе Образовательной организации, нормы и условия выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по футболу.

	<i>спорта</i>	
1.4.	<i>Гигиенические знания умения и навыки</i>	Культурно-гигиенические привычки у детей. Соблюдение санитарно-гигиенических требований во время занятий в зале. Гигиена одежды и обуви. Основные гигиенические требования к занимающимся спортом.
1.5	<i>Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни</i>	Закаливание. Общий режим дня. Режим питания и питьевой режим.
1.6	<i>Основы здорового питания</i>	Питание спортсмена. Полезные продукты.
1.7	<i>Формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом</i>	Создание таких условий, при которых появятся внутренние побуждения (мотивы, цели, эмоции) к учению; осознание их учеником и дальнейшего саморазвития им своей мотивационной сферы. Педагог при этом выступает не в роли простого наблюдателя за тем, как развивается мотивационная сфера учащихся, он стимулирует ее развитие системой психологически продуманных приемов.
		Общая физическая подготовка
2.1	<i>Укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды</i>	1) упражнения для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах: упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, рывковые движения. 2) упражнения для мышц, шеи и туловища: наклоны, повороты и вращение головы в различных направлениях, с сопротивлением руками. Наклоны, повороты и вращениями туловища, вращения таза. Поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, животе, сидя, в висе; переход из положения лежа на спине в сед и обратно; смешанные упоры и висы спиной и лицом вниз; угол в исходном положении лежа, сидя; разнообразные сочетания этих упражнений. Упражнения, способствующие формированию правильной осанки. 3) упражнения для ног: поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном и коленном суставах; приседания, отведения и приведения; махи ногами в разных направлениях. Выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног. Сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах. Прыжки и многоскоки, ходьба в полном приседе и полуприседе. 4) упражнения для развития координационных способностей: 39 разнонаправленные движения рук и ног в различных исходных положениях. Опорные и безопорные прыжки с мостика, с трамплина без поворота и с поворотами, прыжки в высоту различными способами, прыжки в длину с поворотами, боком, спиной вперед. Акробатические упражнения, перекаты вперед-назад, в стороны, в группировке, прогнувшись, с опорой и без опоры, кувырки вперед, назад и в стороны, одиночные и сериями в различных сочетаниях; лазание по канату и шесту, размахивания в висе. Упражнения на равновесие. Броски и ловля мяча из различных исходных положений, упражнения со скакалкой, прыжки с вращением скакалки вперед, назад, в полуприседе, с ускорениями. Игры и эстафеты с элементами акробатики. 5) упражнения для развития быстроты: старты и бег на отрезках от 30 до 100 метров. Повторное преодоление отрезков 20-30 метров со старта, с хода, с максимальной скоростью и частотой шагов, тоже – на время. Бег семенящий, с захлестыванием голени назад, с заданиями на внезапные остановки, возобновление и изменение направления движения. Кратковременные ускорения в облегченных условиях. Обще-развивающие упражнения в максимальнобыстром темпе. Игры и эстафеты с бегом и прыжками с установкой на быстроту действий. Метание утяжеленных снарядов поочередно со снарядами малого веса. Ловля мячей, летящих в заранее обусловленном и неизвестном направлениях, с различных дистанций. 6) упражнения для развития силы: элементы вольной борьбы, подвижные и спортивные игры с применением силовых приемов. Упражнения с набивными мячами, переноска и перекачивание груза. Лазание с грузом, бег с отягощениями по песку, по воде, в гору. Преодоление сопротивления партнера в статистических и динамических режимах. Висы, подтягивание из виса, смешанные висы и упоры. Упражнения с преодолением собственного веса и веса партнера. Лазанье по канату, шесту с помощью и без помощи ног, перетягивание каната. Упражнения со штангой, эспандером. Метание мячей, гранат. Толкание ядра, камней на дальность. 7) упражнения для развития скоростно-силовых качеств: прыжки в высоту, в длину, тройной с места и с разбега. Многоскоки, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх и в длину. Метание гранат, набивных мячей, толкание ядра. Бег в гору, по песку, вверх по лестнице, бег с отягощениями. Подвижные игры. Игры на местности. Эстафеты простые и комбинированные с бегом, прыжками.

		метаниями и переноской груза. Спортивные игры с применением силовых приемов. Обще-развивающие упражнения (с малыми отягощениями), выполняемые в быстром темпе. 8) упражнения для развития общей выносливости: чередование ходьбы и бега от 1000 до 4000 метров. Бег 500, 600. Спортивные игры: ручной мяч, бол, баскетбол с увеличением продолжительности игры и на площадках увеличенных размеров. Лыжный спорт: передвижение на лыжах различными ходами, подъемы и спуски, прогулки, походы, лыжные кроссы (от 3 до 10 км) на 40 время и на более длинные дистанции без учета времени. Велосипедный спорт. Плавание.
2.2	<i>Укрепление здоровья, повышение уровня функциональных возможностей</i>	Восстановительные мероприятия для укрепления здоровья делятся на четыре группы средств: педагогические, психологические, гигиенические и медико-биологические. Восстановление работоспособности происходит, главным образом естественным путем: чередованием тренировочных дней и дней отдыха; проведением занятий в игровой форме. Гигиенические средства: режим дня и питание. Медико-биологические средства-витаминизация. Кросс в аэробном режиме, плавание, тренировочные занятия с элементами различных направлений фитнеса.
2.3	<i>Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта</i>	Быстрота: бег с высоким подниманием бедра ускорение из различных стартовых положений на небольшие отрезки (3,6,9 м), «челночный бег», бег приставными скрестными шагами. Координация: спортивные подвижные игры, эстафеты, упражнения с мячами, прыжки через скакалку, прыжки через скамейку вправо, влево, с поворотами, бег с преодолением препятствий, слаломный бег с ведением мяча рукой или ногой. Выносливость: Развитие общей выносливости методом длительного непрерывного упражнения с равномерной нагрузкой (упражнения с большой длительностью от 0,5ч. до 2 ч.) и переменной нагрузкой (упражнения с длительностью от 40 мин. до 1 ч. с несколькими ускорениями на различных дистанциях).
2.4	<i>Формирование двигательных умений и навыков</i>	Чтобы играть в футбол, необходимо уметь быстро бегать, мгновенно изменять движению по направлению и скорости, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Игра бол вызывает активизацию деятельности сердечно-сосудистой системы и дыхательной системы. Качественные изменения происходят и в двигательном аппарате занимающихся. При нападении, ударах и блокировании укрепляется костная система, суставы становятся более подвижными, развивается сила и эластичность мышц. Постоянные упражнения с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировки в пространстве. Игра в футбол развивает мгновенную реакцию. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на ускорение роста учащихся.
2.5	<i>Освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений</i>	Чтобы эффективно и рационально использовать в подготовке учащихся разнообразные упражнения, они определенным образом группируются. Группировка упражнений основана на том, какое значение те или иные упражнения имеют в процессе подготовки. Разделение упражнений в известной мере условное, однако, оно дает возможность лучше построить учебный процесс, правильно выбрать из всего многообразия упражнений именно те, которые содействуют решению данной задачи обучения на определенном этапе подготовки. Правильно выбрав группу упражнений, учитель имеет возможность проявить свою творческую инициативу в конкретизации этих упражнений, разработать их варианты. Все упражнения условно делятся на две большие группы: основные упражнения и вспомогательные. Основные упражнения представляют собой упражнения по технике и тактике и собственно игре в футбол, т. е. то специфическое, что отличает футбол от других видов спорта и составляет его сущность. В этих упражнениях технические приемы и тактические действия выполняются так, как это имеет место в игре. Цель упражнений по технике - совершенствовать тот или иной технический прием преимущественно в индивидуальном порядке, а также с помощью партнеров. Отдельные упражнения направлены на совершенствование техники в условиях, способствуют формированию тактических умений. Упражнения по тактике призваны научить учащихся индивидуальным и коллективным (командным) тактическим действиям, принятым в футболе. В учебной двусторонней игре в футбол совершенствуются и физические качества, и двигательные навыки

		<p>технических приемов, и тактические умения. Вспомогательные упражнения служат для лучшего овладения основными упражнениями и для разносторонней подготовки учащихся. Вспомогательные упражнения разделяются на обще развивающие и специальные. Задача обще развивающих упражнений состоит в разносторонней физической подготовке учащихся. Они компенсируют также одностороннее влияние специальных упражнений и упражнений по технике и тактике, что развивают в основном навыки и качества, необходимые для игры в футбол. При проведении обще развивающих упражнений используются средства гимнастики, акробатики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр. Специальные упражнения призваны ускорить и облегчить обучение техническим и тактическим приемам футбола и овладение игровыми навыками. Они делятся на подготовительные, главная задача которых заключается в развитии специальных физических способностей, и подводящие, непосредственно направленные на овладение структурой технических приемов. В группу подводящих упражнений входят имитационные (выполнение технических приемов без мяча). Таким образом, вспомогательные обще развивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных возможностей организма, а основные и вспомогательные, подводящие - на формирование двигательных навыков, технических приемов и тактических умений. В целом все упражнения решают задачи разносторонней физической и квалифицированной технической и тактической подготовки учащихся. Совершенствование технического приема происходит в условиях, характерных для игры в футбол (упражнения по тактике, специальные игровые упражнения и подготовительные игры).</p>
2.6	<p>Формирование социально-значимых качеств личности</p>	<p>Можно выделить четыре группы социально значимых качеств личности.</p> <p>Первая группа — социально-психологические способности, обеспечивающие как адаптацию, так и самореализацию личности в общении и социальном взаимодействии.</p> <p>Социальное воображение — термин, введенный в отечественную психологию по аналогии с термином «социологическое воображение» (автор термина — Р. Миллс). Социальное воображение рассматривается как «способность человека понимать свой собственный опыт и определять свою судьбу, мысленно помещая («воображая») себя в реальные рамки данного периода развития общества, осознавая свои возможности и возможности других людей»</p> <p>Социальный интеллект — это способность понимать сложные отношения и зависимости в социальной сфере. Социальный интеллект предполагает способность человека подняться над некоторой социальной ситуацией и увидеть ее как систему сложных отношений людей, которая поддается прогнозированию и направленному воздействию.</p> <p>Социально-перцептивные способности заключаются в особой чувствительности человека к состояниям, настроениям партнеров по общению, в умении проникать сквозь фасад внешности в систему их социальных мотивов, представлений, прогнозировать их поведение.</p> <p>Вторая группа социально значимых качеств личности — это качества, возникающие в процессе общения человека с другими людьми и обеспечивающие ему как адаптацию, так и дальнейшее самостоятельное развитие в социальной среде. С их помощью человек принимает и творчески перерабатывает нормы и ценности своих групп: конформность, доверие друг к другу, кооперативность и др.</p> <p>Третья группа — свойства более общего порядка, задающие некоторую общую социальную направленность личности: ведущий тип социальной мотивации, активность, социальная ответственность. Эти качества определяют позицию человека в общении и взаимодействии с другими людьми.</p> <p>Четвертая группа — это индивидуальные свойства человека, накладывающие отпечаток на стиль его общения, особенности социальной позиции: склонность к доминированию или подчинению, направленность на окружающих или на свои внутренние состояния, догматичность или гибкость мышления и другие.</p>

2.7	<i>Получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе)</i>	Педагогически ориентированный коллектив создает благоприятные условия для формирования социально ценной сущности личности и проявления ее индивидуальности. Таким образом, на вопрос: «Что дает коллектив личности в рамках коммуникативных навыков (компетенций)?» мы можем ответить следующим образом: - удовлетворяет потребности личности в общении и самоутверждении; - является сферой жизнедеятельности (человек постоянно находится в каких-то общественно и личностно значимых объединениях, вступая в разнообразные взаимодействия и взаимоотношения с другими людьми); - дает богатый эмоциональный опыт; - формирует поведенческий опыт, социальная ценность которого очень значима в жизни; - в коллективе человек познает в большей степени себя, адекватно оценивает свои достоинства и недостатки; - развивает социально значимые качества и свойства характера, позволяющие полноценно реализовать индивидуальные возможности и способности.
2.8	<i>Приобретение навыков проектной и творческой деятельности</i>	Современные информационные технологии породили новые цели обучения, которые заключаются не только в прямой передаче знаний и умений, а открывают для преподавателя новые возможности для поддержания и направления развития личности учащегося. Основная цель образования заключается в том, чтобы готовить подрастающее поколение к будущему, к появлению новых возможностей, которые предоставляет жизнь. С моей точки зрения, той способностью, которая позволяет эффективно реализовать эту цель, является творческое мышление. Творчество детей необходимо развивать в процессе всего обучения в школе, потому что стремление к творчеству присуще всем людям. Творчество требует от личности высокой компетентности в той области, в которой она хочет творить. Большие возможности для развития творческих способностей школьников создаёт проектная деятельность.
2.4	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	Выполнение упражнений по заданным условиям - Аналитическая обработка текста (рецензирование, реферирование, конспект-анализ) подготовка сообщений, докладов, презентаций.
2.5	<i>Участие в тренировочных мероприятиях</i>	В условиях тренировочных сборов планирование произвольное, сообразно имеющимся средствам и задачам, которые необходимо решать.
3. Предметная область «Вид спорта»		
3.1	<i>Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта</i>	Гармоническое развитие ребенка. Определение способностей к занятиям футболом. Режим. Приседания с отягощением с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа с отягощением или без отягощения. Прыжки на одной и на двух ногах с продвижением, с преодолением препятствий. То же с отягощением. Прыжки по ступенькам с максимальной скоростью. Беговые и прыжковые упражнения в гору, на песке. Вбрасывание набивного и футбольного мяча на дальность. Удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота. Удары на дальность. Толчки плечом партнера, борьба за мяч. Для вратарей. Из упора стоя у стены, одновременное и попеременной сгибание в лучезапястных суставах. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором. Сжимание теннисного мяча. Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками. Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Упражнение в ловле набивных мячей, бросаемых двумя-тремя партнерами с разных сторон. Серии прыжков в стойке вратаря толчком обеих ног в стороны, то же с отягощением. Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же с ведением мяча. Переменный бег. Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные

		<p>техничко-тактические упражнения: повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек, с даром по воротам, с увеличением длины рывка. 42 Игровые упражнения с мячом большей интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом. Для вратарей. Повторное непрерывное выполнение в течение 5-12 минут ловлей с отбиванием мяча, ловля мяча с падением при выполнении ударов по воротам с минимальными интервалами тремя-пятью игроками. Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой. Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед, назад, в стороны. Жонглирование мячом. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Эстафеты с элементами акробатики. Для вратаря. Прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, используя подкидной трамплин. Переворот в сторону с места и разбега. Стойка на руках. Кувырок назад через стойку на руках. Из стойки на руках кувырок вперед. Переворот вперед с разбега.</p>
3.2	<i>Овладение основами техники и тактики избранного вида спорта</i>	<p>Техническая подготовка. Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов. Высокая техника владения мячом – основа спортивного мастерства. Качественные показатели индивидуальной техники владения мячом – рациональность и быстрота выполнения, эффективность применения в конкретных игровых условиях. Анализ выполнения технических приемов и их применения 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 обучающихся. Основные недостатки в технике обучающихся и пути их устранения.</p> <p>Тактическая подготовка. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Перспективы развития тактики игры. Тактические замены в играх. Тактика игры в нападении: высокий темп атаки, скоростное маневрирование в глубину обороны противника или по фронту в чужую зону с переменной местами, усиление темпа атаки в ее завершающей фазе, использование скоростной обводки, реальных возможностей для обстрела ворот. Атакующие комбинации флангом и центром. Тактика игры в защите: «зона», «персональная опека», комбинированная оборона. Создание численного преимущества в обороне, закрывание всех игроков атакующей команды в зоне мяча, соблюдение принципов страховки и взаимостраховки (расположение игроков при обороне). Тактика отбора мяча. Создание искусственного положения «вне игры». Тактические комбинации (в нападении и защите) при выполнении ударов: начальном от ворот, угловом, свободном, штрафном, при вбрасывании мяча из-за боковой линии. Значение тактических заданий, которые даются обучающимся на игру, и умение играть по плану-заданию. Зависимость тактического построения игры своей команды от тактики противника, индивидуальной подготовки игроков, размера поля, метеорологических условий и других факторов. Разбор видеоматериалов по технике и тактике игры футболистов высокой квалификации.</p>
3.3	<i>Освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений</i>	<p>Подготовительные упражнения (разнообразные упражнения с предметами и без предметов подвижные игры, эстафеты) решают задачу развития у занимающихся специальных физических способностей. Подводящие упражнения - это отдельные элементы сложно координированных движений или все двигательное действие, выполняемое в облегченных условиях, а также его имитация. Например, выполнение приема без мяча - это подводящее упражнение (смысл подводящих упражнений - овладения структурой технических приемов).</p>
3.4	<i>Освоение</i>	<p>Нормирование нагрузок в тренировочном процессе юных спортсменов</p>

	<i>соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок</i>	обуславливается соблюдением двух важнейших положений. Во-первых должны соответствовать возрастным особенностям юных спортсменов, во-вторых – быть ориентированы на уровне характерной для уровня подготовки. Тем самым, для каждого этапа многолетней подготовке юных спортсменов определяются объемы тренировочных и соревновательных нагрузок.
3.5	<i>Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке</i>	Правила использования инвентаря. Оборудование в спортивном зале. Инвентарь для занятий футболом. Экипировка в футболе.
3.6	<i>Требования техники безопасности</i>	Инструктажи по поведению в зале, на спортивных площадках, на спортивных соревнованиях. Оказание первой помощи пострадавшим.
3.7	<i>Приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях</i>	Участие в соревнованиях: контрольных – 1-2 раза в год, основные - 1 раз в год.
3.8	<i>Знание основ судейства по избранному виду спорта</i>	Инструкторско-судейская практика: самостоятельное проведение упражнений по построению группы, в качестве дежурного подготовка мест для занятий инвентаря и оборудования. Судейство на учебных играх.

3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

3.1. Содержание работы по предметным областям: Содержание теории и методики физической культуры и спорта

3.1.1. Образовательная программа предусматривает изучение и освоение следующих обязательных предметных и вариативных областей на БАЗОВОМ УРОВНЕ:

Обязательные предметные области:

- теоретические основы физической культуры и спорта;
- общая физическая подготовка;
- вид спорта.

Вариативные предметные области:

- различные виды спорта и подвижные игры;
- специальные навыки;
- национальный региональный компонент.

3.1.2. Образовательная программа предусматривает изучение и освоение следующих обязательных предметных и вариативных областей на УГЛУБЛЕННОМ УРОВНЕ:

Обязательные предметные области:

- теоретические основы физической культуры и спорта;
- общая и специальная физическая подготовка;
- вид спорта.
- основы профессионального самоопределения;

Вариативные предметные области:

- различные виды спорта и подвижные игры;
- судейская подготовка;
- специальные навыки;
- национальный региональный компонент.

Предметная область «Основы профессионального самоопределения»		
	Инструкторская практика	<ol style="list-style-type: none"> 1. Составление конспекта урока и практическое проведение занятий. 2. Руководство командой в соревнованиях. 3. Проведение игр в качестве судьи в поле 4. Проведение тренировочных занятий в младших

		<p>группах ДЮСШ под наблюдением тренера.</p> <p>5. Участие в судействе официальных соревнований в роли судьи в поле и в составе секретариата.</p> <p>6. Уметь составить положение для проведения соревнований.</p>
	<p>Профориентационные знания</p>	<p>Методика формирования самоопределения юного спортсмена в выборе вида спортивной деятельности представлена четырьмя этапами: пропедевтическим, деятельностным, стабилизационным и констатирующим, реализуемым в процессе обучения на углубленном уровне образовательной программы.</p> <p>На пропедевтическом этапе, основной целью является приобретение необходимых знаний о спортивной деятельности, о двигательных действиях, присущих видам спорта, о требованиях, предъявляемых к спортсмену в видах спорта. Задачи этого этапа: создание условий для наиболее эффективной реализации потребностной сферы юного спортсмена (создание положительной мотивации); выявление способностей ребенка к совершенствованию в видах спорта; формирование знаний о спорте и требованиях, предъявляемых видом спортивной деятельности к спортсмену.</p> <p>Основные направления ознакомительного этапа: мотивационное, диагностическое и организационное. Эти направления работы тесно взаимосвязаны, взаимообусловлены и могли осуществляться параллельно.</p> <p>Мотивационное направление осуществляется с помощью ряда мероприятий, которые включают в себя комплекс упражнений спортивно-игровой направленности (подвижные игры, игры с техническими элементами спорта), способствующие проявлению и поддержанию интереса к виду спорта.</p> <p>Диагностическое направление было связано с выявлением способностей юного спортсмена к избранному виду спорта. Оно включало в себя диагностику уровня физического развития и определение начального уровня развития физических качеств юных спортсменов, пришедших в спортивную секцию.</p> <p>Организационное направление проводится в виде комплекса мероприятий, способствующих получению знаний о спортивной деятельности. Данное направление организовано таким образом, что информация, представленная тренером для ознакомления с видом спорта, носит информационно-аналитический характер. Тренер использует в своей работе аудиовизуальные средства: обучающие программы с использованием компьютерных технологий (мультипликационные фильмы, видеоматериалы по правилам соревнований и т.д.), беседы и тренинги, детям предлагаются домашние задания по нахождению интересных фактов из жизни спортсменов, из истории вида спорта и т.п.</p> <p>Для родителей организовываются встречи со спортивным психологом, совместная досуговая деятельность (родители - дети), создаются условия для обеспечения прав родителей на участие в управлении образовательным учреждением (создание родительского совета) и т.д.</p> <p>На деятельностном этапе, основной целью является расширение знаний о видах спортивной деятельности, формирование социальных качеств и устойчивой мотивации. Задачами этапа: расширение знаний о видах спортивной деятельности; формирование личностных качеств; овладение двигательными умениями и навыками, необходимыми в спортивной деятельности.</p>

		<p>Данный этап реализуется за счет спроектированных мероприятий, в процессе которых осуществляются все три педагогических условия одновременно. Для их реализации внедряется: игровой метод, методы анализа, самоанализа, самооценки, самопознания, метод музыкально-ритмических упражнений и соревновательный метод. Основной целью стабилизационного этапа является закрепление сформированных знаний о себе, своих способностях и возможностях, о своих физических качествах.</p> <p>Задачи данного этапа: обогащение знаниями о себе и своих способностях, об уровне освоения двигательных действий; применение полученных знаний, умений и навыков в спортивной деятельности; осознанный выбор вида спортивной деятельности в зависимости от способностей и возможностей с последующей специализацией. В работу тренера включены дополнительные мероприятия, помогающие юному спортсмену решать ситуативные задачи, обеспечивая необходимый объем знаний о спортивном движении в целом и об избранном виде спорта в частности.</p> <p>Осуществлялся анализ и самоанализ действий юного спортсмена в ходе тренировочной и соревновательной деятельности.</p> <p>На констатирующем этапе осуществляется определение юным спортсменом вида спортивной деятельности в соответствии с выявленными способностями и возможностями для совершенствования в избранном виде спорта. Задача данного этапа для юного спортсмена: на основе сформированных знаний о себе, своих возможностях и способностях, определиться с выбором вида спортивной деятельности.</p> <p>С помощью вышеописанной методики реализуется модель и педагогические условия самоопределения юного спортсмена.</p>
--	--	---

№ п/п	Темы/разделы обучения	Дидактические единицы Углубленный уровень сложности
		Теоретические основы физической культуры и спорта
1.1	<i>История развития избранного вида спорта</i>	<p>Об игре похожей на футбол упоминается еще среди летописей Хань, которым уже 2000 лет. Можно смело предположить, что все-таки родоначальником этой популярной игры был древний Китай. Спустя большое количество времени, правила футбола сильно изменились, но факт того, что в эту игру играли на протяжении многих веков в разных гранах неоспорим. В 1863 году в Англии были разработаны первые правила игры, которые были приняты миром уже спустя десять лет. После опубликования официальных правил, в Англии начали образовывать первые клубы футболистов, и в Англии было придумано название игры «футбол».</p> <p>Первый международный матч был проведен между Англией и Шотландией в 1872 году. Матч закончился с нулевым счетом, и с тех пор продолжается конкуренция между борными этих стран.</p> <p>Первый международный турнир провели в 1884 году между четырьмя странами – Шотландии, Англии, Ирландии и Уэльса. Первый победителем стала Шотландия, но в последующих международных турнирах первенство уже завоевывала сборная Англии.</p> <p>Первый Олимпийские турнир по футболу произошел в 1900 году. Победителем стала сборная Англии. 20-ть лет подряд Англичане были непобедимой командой в мире. И только в 1920 году они проиграли команде из Норвегии со счетом 1-3.</p>
1.2	<i>Значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого</i>	Физическая культура в системе образования. Обязательные уроки, гимнастика в режиме дня. Внеклассная и внешкольная работа, коллективы физической культуры, спортивные секции, детские юношеские спортивные школы. Польза ФКиС для здоровья, моральных и волевых качеств человека

	<i>качества жизни</i>	
1.3	<i>Этические вопросы спорта</i>	Дать обучающимся первоначальные понятия о спортивной этике, в доступной форме донести, что спортивная этика не допускает обмана между участниками спортивных отношений. Другое дело секреты (технические, технологические и др.), всегда имеющие место в областях высокоэффективной производственной, коммерческой деятельности, отраслью которой является профессиональный спорт, - этика требует их беречь. - это процесс формирования двигательных навыков и развития физических качеств
1.4	<i>Основы общероссийских и международных <u>антидопинговых правил</u></i>	Общероссийские и международные антидопинговые правила
1.5	<i>Нормы и требования, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта, а также условий выполнения этих норм и требований</i>	ЕВСК является единственным нормативным документом, определяющим порядок присвоения официальных спортивных званий и разрядов и требования к спортсменам, претендующим на эти звания. ЕВСК формируется в соответствии с <u>Всероссийским реестром видов спорта</u> и перечнем видов спорта, признанных <u>Министерством спорта Российской Федерации</u> . ЕВСК определяет как собственно нормативы, которые должен выполнить спортсмен для получения звания, так и условия, в которых эти нормативы должны выполняться: уровень соревнований, квалификацию судей, уровень противников. Требования устанавливаются индивидуально для каждого вида спорта, с учётом как его специфики, так и уровня развития данного вида в Российской Федерации. ЕВСК разрабатывается и принимается сроком на четыре года. Может действовать одновременно несколько редакций ЕВСК, если они определяют требования к разным видам спорта. Разряды и звания. Система спортивных званий и разрядов является единой для всех видов спорта.
1.6	<i>Возрастные особенности детей и подростков, влияния на спортсмена занятий избранным видом спорта</i>	Кости (названия), мышцы (названия), функции и взаимодействие органов. Сведения о кровообращении, состав и значение крови. Сердце и сосуды. Органы пищеварения. Органы выделения.
1.7	<i>Основы спортивного питания</i>	Особенности питания при занятиях футболом. Значение витаминов в питании спортсмена.
1.4	<i>Основы спортивной подготовки</i>	Организация процесса спортивной подготовки. Углубленная специализация. Целостность тренировочного процесса.
1.5	<i>Необходимые сведения о строении и функциях организма человека</i>	
1.6	<i>Гигиенические знания умения и навыки</i>	Личная гигиена: гигиена сна, ухода за кожей, волосами, ногами и ногтями; гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, обливание, душ, баня, купание).
1.7	<i>Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни</i>	Использование естественных факторов природы (солнца, воздуха и воды) в целях закаливания организма. Правила и приемы закаливания солнцем, воздухом, водой. Значение утренней зарядки, тренировки.
1.8	<i>Основы спортивного питания</i>	
1.9	<i>Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке</i>	Правила использования инвентаря. Футбольный зал. Размеры. Инвентарь. Спортивная одежда футболиста и уход за ней. Проверка исправности инвентаря.
1.10	<i>Требования техники безопасности</i>	Инструктажи по поведению в зале, на спортивных площадках, на спортивных соревнованиях. Оказание первой помощи пострадавшим.

1.11	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	-Аналитическая обработка текста (рецензирование, реферирование, конспект-анализ) подготовка сообщений, докладов, презентаций.
------	---	---

2

2		Предметная область «Общая и специальная физическая подготовка»
2.1	<i>Укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды</i>	<p>Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег и с бега на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.</p> <p>Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.</p> <p>Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; приведения и махи ногой в переднем и заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.</p> <p>Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; седы из положения лежа на спине; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.</p> <p>Упражнения для всех групп мышц могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).</p> <p>Упражнения для развития прыгучести. Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом руками вверх; то же с прыжком вверх; то же с набивным мячом (двумя) в руках (до 3 кг). Из положения стоя на гимнастической стенке - одна нога сильно согнута, другая опущена вниз, руками держаться на уровне лица: быстрое разгибание ноги (от стенки не отклоняться). То же с отягощением (пояс до 6 кг).</p> <p>Прыжки опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки.</p> <p>Бег по крутым склонам. Бег по лестнице вверх, ступая на каждую ступеньку.</p>
2.2	<i>Повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы специальной физической подготовки</i>	<p>Восстановительные мероприятия для укрепления здоровья делятся на четыре группы средств: педагогические, психологические, гигиенические и медико -биологические.</p> <p>Восстановление работоспособности происходит, главным образом естественным путем: чередованием тренировочных дней и дней отдыха; постепенным возрастанием объема интенсивности тренировочных нагрузок; проведением занятий в игровой форме.</p> <p>Рациональное построение тренировки и соответствие ее объема и интенсивности функциональному состоянию организма спортсмена К гигиеническим средствам следует отнести: душ, теплые ванны, водные процедуры закаливающего характера, прогулки на свежем воздухе. Режим дня и питания. К медико -биологическим средствам восстановления: витаминизация, физиотерапия, гидротерапия, массаж, русская баня и сауна.</p>
2.3	<i>Развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по избранному виду спорта</i>	<p>Укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению организма к изменяющимся условиям внешней среды.</p> <p>Повышения уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гормональному и физическому развитию как основы специальной физической подготовки.</p> <p>Игры учебные с удлинённым временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростносиловая, специальная).</p>

2.4	<i>Специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий избранным видом спорта</i>	Понятие психологической подготовки футболиста. Значение развития волевых качеств и психологической подготовленности для повышения спортивного мастерства футболистов. Основные методы развития волевых качеств и совершенствования психологической подготовки футболистов в процессе спортивной тренировки. Умение преодолевать трудности, возникающие у обучающихся в связи с перенесением больших физических нагрузок. Непосредственная психологическая подготовка обучающихся к предстоящим соревнованиям.
3.4	<i>Развитие скоростносиловых качеств и специальной выносливости</i>	Скоростно-силовые качества: Броски набивного мяча двумя руками от головы, имитируя передачу сверху двумя руками, фазы ударного движения в нападающем ударе бросок набивного мяча в пол. Скоростная выносливость: перемещения в различных направлениях с максимальной скоростью, тоже с падениями, выполнение технических приёмов- передача снизу, сверху, блок, после перемещения. Прыжковая выносливость: упражнения со скакалкой, многократное напрыгивание имитационные и игровые упражнения. Игровая выносливость: игры с увеличением количества партий, уменьшением количества игроков с заполнением перерывов между партиями выполнением прыжковых или беговых упражнений.
3.5	<i>Повышение индивидуального игрового мастерства</i>	Совершенствование навыков универсальной игры, совершенствование в навыках игровой функции с учётом индивидуальных особенностей по принципу универсализации. Использования индивидуальных особенностей игроков в коллективных действиях команды.
3.6	<i>Самостоятельная работа обучающихся</i>	-Аналитическая обработка текста (рецензирование, реферирование, конспект-анализ) подготовка сообщений, докладов, презентаций.
3.7	<i>Участие в тренировочных мероприятиях</i>	Выполнение индивидуального задания. Совершенствование физической подготовки. В условиях тренировочных сборов планирование произвольное, сообразно имеющимся средствам и задачам, которые необходимо решать.
	<i>Техническая подготовка (овладение основами техники)</i>	<p>1. Перемещения: чередование способов перемещения на максимальной скорости; сочетание способов перемещения с изученными техническими приемами нападения.</p> <p>2. Передачи: передача мяча сверху двумя руками на точность («маяки» и т.п.) с собственного подбрасывания (варьируя высоту), посланного передачей: а) первая передача постоянная (2-3 м), вторая - постепенно увеличивая расстояние (3-10 м); б) первая постепенно увеличивая расстояние вторая постоянная; в) первая и вторая - увеличивая расстояние мяча, посылаемого ударом одной руки; из глубины площадки для нападающего удара в зонах 2-4,4-2,6-4 па расстояние 6 м; в зонах 5-2,1-4 на расстояние 7-8м; стоя спиной в направлении передачи: встречная передача (после передачи над собой и поворота на 180° (в зонах 2-4 6-4, расстояние 3-4 м), в тройках в зонах: 6-3-2, 6-3-4, 5-3-2, 1-3-4, из глубины площадки - с собственного подбрасывания в зонах 6-2,6-4 (расстояние 2-3 м); с набрасывания партнера и затем с передачи; с последующим падением и перекатом на спину. Передача сверху двумя руками в прыжке (вверх назад): с собственного подбрасывания - с места и после перемещения; с набрасывания партнера - с места и после перемещения; на точность в пределах границ площадки.</p> <p>3. Чередование способов передачи мяча: сверху, сверху с падением, в прыжке; отбивание кулаком; передачи, различные по расстоянию и высоте.</p> <p>4. Подачи: верхняя прямая подача (подряд 20 попыток), с различной силой; через сетку в три продольные зоны: 6-3,1-2,5-4, ближе к боковым и лицевой линиям; соревнование на точность попадания в зоны; верхняя боковая подача с соблюдением правил; подачи (подряд 5 попыток); подачи в правую и левую половины площадки; соревнование на большее количество выполненных подач правильно; чередование нижней и верхней прямой подач на точность.</p>

		<p>5. Нападающие удары: прямой нападающий удар (по ходу) сильнейшей рукой из зон 4,3,2; с различных передач - коротких по расстоянию, средних и высоких по высоте; средних по расстоянию - средних и высоких по высоте; длинных по расстоянию, средних по высоте; из зон 4 и 2 с передачи из зоны 6; при противодействии блокирующих, стоящих на подставке; из зон 4 и 2 с передачи назад за голову; удар с переводом вправо с поворотом туловища вправо; удар из зоны 2 с передачи из зоны 3, стоя спиной в направлении передачи; удар из зоны 4 с передачи из зоны 3; удар из зон 2,4 «мимо блока» (имитирует блок игрок, стоя на подставке); имитация нападающего удара и передача через сетку двумя руками, имитация нападающего удара в разбеге и передача подвешенного мяча; то же в зонах 4 и 2 с передачи из зоны 3; удар с переводом влево с поворотом туловища влево по мячу на амортизаторах, по мячу в держателе, наброшенному партнером; удар из зон 3,4с высоких и средних передач, прямой нападающий удар слабейшей рукой из зон 2,3,4 по мячу, наброшенному партнером, из зон 2,3с передачи из соседней зоны (3-2,4-3); нападающие удары с удаленных от сетки передач.</p> <p>Техника защиты:</p> <p>1. Перемещения и стойки: сочетание способов перемещений, падений и стоек с техническими приемами игры в защите; перемещения на максимальной скорости и чередование их способов, сочетание с падениями, остановками и выполнением приема мяча.</p> <p>2. Прием мяча: сверху двумя руками, нижней и верхней прямой подач, от удара одной рукой в парах и через сетку (стоя на подставке); прием снизу двумя руками нижней подачи, первая передача на точность; верхней прямой подачи и первая передача в зону нападения; нападающего удара; верхней боковой подачи; от передачи через сетку в прыжке; снизу одной рукой правой, левой в парах, у сетки, от сетки, сверху двумя руками спадением в сторону на бедро и перекатом на спину, от передачи мяча через сетку, передача в прыжке через сетку; прием подачи; нападающего удара; прием снизу двумя руками с падением и перекатом в сторону на бедро в парах; прием снизу подачи, нападающего удара; прием одной рукой с падением в сторону на бедро и перекатом на спину (правой, левой) в парах (по заданию), у сетки, от сетки; прием подачи, нападавшего удара; чередование способов приема мяча в зависимости от направления и скорости полета мяча. Блокирование: одиночное прямого нападающего удара по ходу (в зонах 4,2, 3), из двух зон в известном направлении, стоя на подставке и в прыжке с площадки; ударов из одной зоны в двух направлениях, стоя на подставке и в прыжке с площадки; ударов с переводом вправо (в зонах 3,4,2), стоя на подставке, в прыжке с площадки удары с передачи; групповое блокирование (вдвоем) ударов по ходу (из зон 4,2,3), стоя на подставке, и в прыжке с площадки.</p>
4.2	<p><i>Тактическая, психологическая подготовка (овладение основами тактики, развитие специальных психологических качеств)</i></p>	<p>Тактика нападения:</p> <p>1. Индивидуальные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбор места подачи (способа, направления), выбор нападающего удара (способа и направления). -подача на игрока, слабо владеющего приемом подачи, вышедшего на замену; - вторая передача из зоны 3 в зону 4 или 2; имитация нападающего удара и «обман»; имитация второй передачи и «обман» через сетку; <p>2. Групповые действия: взаимодействие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игроков передней линии при второй передаче; - игроков линии при первой передаче; <p>3. Командные действия: система игры со второй передачи игроком передней линии.</p> <p>Тактика защиты:</p> <p>1. Индивидуальные действия:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выбор места при приеме верхних подач прямой и боковой; при блокировании; при страховке партнера; - способы приема мяча от обманных приемов;

		<p>-способы перемещения, приёма от нападающих ударов; -блокирование определенного направления.</p> <p>2.Групповые действия: -взаимодействие игроков задней линии между собой при приёме подачи, нападающих ударов, блокировании.</p> <p>3.Командные действия: -при различных расположениях игроков. Схема игры «углом вперед», «Углом назад».</p>
4.4	<i>Интегральная подготовка</i>	<p>1. Умение построить группу и четко отдать рапорт,подать основные команды на месте.</p> <p>2. Уметь составить конспект и провести разминку в группе.</p> <p>3. Уметь вести протокол соревнований, быть хронометристом.</p> <p>4. Участие в судействе учебных игр, /совместно с тренером /. Подготовка команды своего класса в общеобразовательной школе.</p> <p>5. Оказание помощи своим товарищам в овладении игровыми приемами. Умение исправить ошибки.</p> <p>6. Судейство учебных игр /самостоятельно/.</p> <p>7. Умение вести протокол соревнований.</p> <p>- Упражнения для развития физических качеств в рамках структуры технических приемов.</p> <p>- Развитие специальных физических способностей посредством многократного выполнения технических приемов - на основе программы для данного года обучения.</p> <p>- Упражнения для совершенствования навыков технических приемов посредством многократного их выполнения (в объеме программы).</p> <p>- Переключения в выполнении технических приемов нападения, защиты, нападения и защиты: подача - прием, нападающий удар - блокирование, передача -прием. Поточное выполнение технических приемов.</p> <p>- Переключения в выполнении тактических действий в нападении, защите, защите и нападении - отдельно по индивидуальным, групповым и командным.</p> <p>- Учебные игры. Система заданий, включающая основной программный материал по технической и тактической подготовке.</p> <p>- Контрольные игры. Проводятся с целью решения учебных задач, а также для лучшей подготовки к соревнованиям.</p> <p>- Календарные игры. Установки па игру, разбор игр - преемственность в соревнованиях заданий в играх посредством установки.</p> <p>- Совершенствование всех изученных приемов в конкретных игровых ситуациях.</p>
4.4	<i>Участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика</i>	<p>Инструкторско-судейская практика: организация и подготовка соревнований, разработка положения о соревнованиях, подготовка к проведению соревнований. Судейство на учебных играх. Выполнение обязанностей первого и второго судей.</p> <p>Участие в соревнованиях: контрольных – 1-3 раза в год, отборочных - 1 раз в год, основных - 2 раза в год.</p>
4.5	<i>Самостоятельная работа обучающихся, в том числе по ИУП в условиях летних ТС</i>	<p>-В условиях тренировочных сборов планирование произвольное, сообразно имеющимся средствам и задачам, которые необходимо решать.</p> <p>-Выполнение упражнений по заданным условиям (предметная область «Общая и специальная физическая подготовка»);</p> <p>-Аналитическая обработка текста (рецензирование, реферирование, конспект-анализ) подготовка сообщений, докладов, презентаций при освоении предметной области «Теоретическая подготовка»</p>

Основы профессионального самоопределения для углубленного уровня		
3.1.	Формирование социально-значимых качеств личности	Основной задачей общей психологической подготовки спортсмена является развитие и совершенствование следующих качеств: целеустремленности, дисциплинированности, уверенности, инициативности, самостоятельности, смелости, настойчивости,

		решительности, самообладания, стойкости.
3.2	<i>Развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде (группе)</i>	<p>Лидерство - один из древнейших феноменов, психологию которого хотели бы познать люди. Лидером считают человека, обладающего наибольшим авторитетом и признанием в своем окружении, способного вести за собой других людей. Лидера не назначают, он выдвигается сам благодаря своим личным качествам.</p> <p>Список черт, необходимых лидеру, по мере исследований постоянно расширялся, но правильного объяснения этому феномену так и не находилось. Некоторые до сих пор думают, что лидерство - это качество, которое или есть от рождения, или его нет вообще. Это ложная теория, поскольку искусству быть лидером можно научиться.</p>
3.3	<i>Развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии</i>	<p>Выбор профессии учителя не может быть процессом стихийным, зависящим от случайных факторов. Он должен строиться так, чтобы возможности выбирающего профессию соотносились как с его личными потребностями и интересами, так и с потребностями общества.</p> <p>Первоначальная работа по профессиональной ориентации будущих педагогов начинается в школе. Некоторые полагают, что поступив в педагогический вуз, студент окончательно определяется со своей будущей профессией. Однако это далеко не так — профессиональная ориентация не заканчивается даже стенами педвуза</p> <p>Профессиональная ориентация на учительскую профессию как система деятельности включает в себя следующие компоненты:</p> <ul style="list-style-type: none"> профессиональное просвещение (профинформацию); профессиографию; профессиональную консультацию; профессиональный отбор; профессиональную адаптацию. <p>Если работа над первыми четырьмя компонентами начинается ещё в стенах школы, то процесс профессиональной адаптации проходит уже непосредственно в учительском коллективе в первые годы работы.</p> <p>Профессиональное просвещение предусматривает овладение учащимися общеобразовательной школы определенной совокупностью знаний о социально-экономических и психофизиологических условиях правильного выбора учительской профессии. Как правило, учащиеся здесь получают информацию о наиболее общих признаках профессии. По мере накопления данная информация приобретает для школьника побудительную направленность. Психологи рекомендуют начинать работу по профориентации уже на ранних этапах социализации личности, возможно с 4—5 класса школы по специальным программам.</p> <p>Важным шагом в знакомстве с педагогической профессией является возможность обратиться к профессиографии, представляющей собой описание учительской профессии, специальностей, в нее входящих.</p> <p>Профессиография включает в себя основные требования, которые предъявляются к психологическим и физическим качествам учителя, а также факторы, которые обуславливают успешность или не успешность, удовлетворённость или неудовлетворённость личности профессиональной деятельностью учителя.</p> <p>Профессиональная консультация предполагает установление соответствия индивидуальных психофизиологических и личностных особенностей школьника специфическим требованиям той или иной профессии.</p> <p>Профессиональный отбор позволяет, опираясь на выявленные психофизиологические и личностные качества, определить для школьника профессию и специальность. Определение пригодности к</p>

		<p>педагогической профессии обусловлено воздействием различных факторов. Ведь далеко не безразлично, что послужило основанием для выбора профессии, каким путем складывались мотивы, стремления, побуждения, под воздействием которых ускорился или замедлился рост профессиональной пригодности.</p> <p>Под профессиональной адаптацией понимают процесс приспособления молодого человека к производству, трудовому коллективу, условиям труда и особенностям конкретной специальности. Успешность адаптации служит показателем правильного выбора профессии. По мнению ряда исследователей (Пашкевич Г.Н., Чистякова С.Н.), профессиональная адаптация учителей характеризуется такими признаками, как сохранение и дальнейшее развитие склонностей к педагогической деятельности, совпадение общественной и личной мотивации труда. Профессиональная адаптация осуществляется в единстве с социальной адаптацией.</p> <p>Подготовка к профессиональной адаптации начинается со школы, но не заканчивается на ней. Профессиональная адаптация молодых учителей происходит успешно при благоприятном отношении со стороны администрации школы, более опытных коллег, родителей, коммуникативных и других личностных качеств самого учителя. В профориентации, помимо вышеназванных компонентов, важно иметь в виду экономический, социальный, психологический, медико-физиологический и педагогический аспекты.</p>
3.4	<p><i>Приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка обучающихся</i></p>	<p>Предпрофессиональная подготовка характеризуется разносторонней ориентацией, которая связана с социальным развитием и социальной адаптацией подрастающего поколения. При этом, она отличается по целевому назначению, задачам, содержанию, технологиям организации, итогам прохождения.</p> <p>Целевым назначением предпрофессиональной подготовки является: воспитание трудолюбия, уважительного отношения к труду, в любых его проявлениях и направлениях; формирование осознанного стремления заниматься трудовой деятельностью, развиваться и постоянно совершенствовать свои навыки и способности; развитие качества, которые будут необходимы для реализации себя в определенной профессиональной сфере; стремится к развитию профессионализма и профессиональной компетентности; формирование профессиональной мобильности и динамичности; постоянное обновление знаний и навыков, отвечающих тенденциям социально-экономического развития общества; воспитание самостоятельности, стремления к саморазвитию и самосовершенствованию; воспитание творческой активности и развитие креативного мышления; приобщение к научно-исследовательской, экспериментальной деятельности.</p> <p>Содержание программ предпрофессиональной подготовки фиксируется той организацией, которая осуществляет деятельность в сфере дополнительного образования. Оно может включать в себя допрофессиональное обучение и развитие, а также начальную подготовку в профессиональной области деятельности. Предпрофессиональная подготовка основывается на составлении образовательных программ, которые имеют свои особенности реализации:</p> <p>Во-первых, это нормативное регулирование таких программ предполагает наличие минимума содержания, упрощенной структуры и условий для их практического осуществления. Такие программы не отличаются сложностью и трудоемкостью их реализации.они не могут иметь расширенный объем, поскольку содержание отвечает целевому назначению программы, а предпрофессиональная подготовка имеет узкую направленность.</p> <p>Во-вторых, учреждения предпрофессиональной подготовки</p>

		<p>устанавливают особый порядок набора учащихся, который может отличаться от порядка, установленного на государственном уровне при приеме в учебные заведения.</p> <p>В-третьих, аттестация учащихся проводится по правилам и методам, установленным учреждением дополнительного образования. Они могут иметь свою специфику. Естественно, что государство не оставляет учреждениям дополнительного образования полной свободы в составлении программ. Оно устанавливает определенное регулирование в этой сфере, проявляющееся установлением обязательных условий, которые должны быть соблюдены при разработке программ. Они включают наличие определенного минимума в части их содержания, следование определенной структуре и соблюдении некоторых обязательных условий их практической реализации, а также временных рамок. Данные условия имеют свою специфику, в зависимости от направлений деятельности учреждения дополнительного образования.</p>
3.5	<p><i>Приобретение опыта проектной и творческой деятельности</i></p>	<p>В основе учебного процесса оказывается сотрудничество и продуктивное общение учащихся, направленное на совместное разрешение проблем, формирование способности выделять важное, ставить цели, планировать деятельность, распределять функции и ответственность, критически мыслить, достигать значимые результаты. В российской педагогике этот подход связан с использованием таких методов обучения, как проблемный и проектный. Учебная деятельность в этом случае ориентирована на успешную деятельность в условиях реального общества. Результатом обучения оказывается уже не усвоение знаний, умений и навыков, а формирование ключевых компетентностей, обеспечивающих успех практической деятельности.</p> <p>Важной чертой проектного подхода является гуманизм, внимание и уважение к личности ученика, позитивный заряд. Направленный не только на обучение, но и на развитие личности обучаемых.</p> <p>В педагогической литературе можно встретить различные определения учебного проекта. В любом случае учебный проект основывается на следующих моментах: развитии познавательных, творческих навыков учащихся, умений самостоятельно искать информацию, развитии критического мышления; самостоятельной деятельности учащихся: индивидуальной, парной, групповой, которую учащиеся выполняют в течение определенного отрезка времени; решении какой-то значимой для учащихся проблемы, моделирующей деятельность специалистов какой-либо предметной области; представлении итогов выполненных проектов в "осязаемом" виде (в виде отчета, доклада, стенгазеты или журнала и т.д.), причем в форме конкретных результатов, готовых к внедрению; сотрудничестве учащихся между собой и учителем ("педагогика сотрудничества").</p> <p>Для ученика проект - это возможность максимального раскрытия своего творческого потенциала. Это деятельность, которая позволяет проявить себя индивидуально или в группе, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу, показать публично достигнутый результат. Это деятельность, направленная на решение интересной проблемы, сформулированной самими учащимися. Результат этой деятельности - найденный способ решения проблемы - носит практический характер и значим для самих открывателей. А для учителя учебный проект - это интегративное дидактическое средство развития, обучения и воспитания, которое позволяет вырабатывать и развивать специфические умения и навыки проектирования: проблематизация, целеполагание, планирование деятельности, рефлексия и самоанализ, презентация и самопрезентация, а также поиск информации, практическое применение академических</p>

знаний, самообучение, исследовательская и творческая деятельность. При работе с проектом нужно выделить ряд характерных особенностей этого метода обучения. Прежде всего это наличие проблемы, которую предстоит решить в ходе работы над проектом. Причем проблема должна иметь личностно значимый для автора проекта характер, мотивировать его на поиски решения.

Проект обязательно должно иметь ясную, реально достижимую цель. В самом общем смысле целью проекта всегда является решение исходной проблемы, но в каждом конкретном случае это решение имеет собственное неповторимое решение имеет собственное, неповторимое воплощение. Этим воплощением является проектный продукт, который создается автором в ходе его работы и также становится средством решения проблемы проекта.

В работе с проектом есть и еще одно отличие - предварительное планирование работы. Весь путь от исходной проблемы до реализации цели проекта необходимо разбить на отдельные этапы со своими промежуточными задачами для каждого из них; определить способы решения этих задач и найти ресурсы.

Осуществление плана работы над проектом, как правило связано с изучением литературы и других источников информации, отбора информации; возможно, с проведением различных опытов, экспериментов, наблюдений, исследований, опросов; с анализом и обобщением полученных данных; с формулированием выводов и формированием на этой основе собственной точки зрения на исходную проблему проекта и способы ее решения.

Проект обязательно должен иметь письменную часть - отчет о ходе работы, в котором описываются все этапы работы (начиная с определения проблемы проекта), все принимавшиеся решения с их обоснованием; все возникшие проблемы и способы их преодоления; анализируются собранная информация, проведенные эксперименты и наблюдения, приводятся результаты опросов и т.п.; подводятся итоги, делаются выводы, выясняются перспективы проекта.

Непременным условием проекта является его публичная защита, презентация результатов работы. В ходе презентации автор не только рассказывает о ходе работы и показывает ее результаты, но и демонстрирует собственные знания и опыт проблемы проекта, приобретенную компетентность. Элемент самопрезентации - важнейшая сторона работа над проектом, которая предполагает рефлексивную оценку автором всей проделанной им работы и приобретенного ее в ходе опыта.

По своей сути проектный метод обучения близок к проблемному обучению, которое предполагает последовательное и целенаправленное выдвижение перед учащимися познавательных проблем, решая которые они под руководством учителя активно усваивают новые знания. Проблемное обучение обеспечивает прочность знаний и творческое их применение в практической деятельности. Кроме того проектный метод имеет сходство с развивающим обучением. Развивающее обучение - активно-деятельностный способ обучения, при котором осуществляется целенаправленная учебная деятельность. При этом ученик, являясь полноценным субъектом этой деятельности, сознательно ставит цели и задачи самоизменения и творчески их достигает.

Творческой личностью не рождаются, ею становятся под влиянием жизни в обществе, в процессе воспитания, специально организованного обучения, постепенно накапливая опыт творческой деятельности, очевидно, что формирование у обучающегося опыта творческой деятельности в процессе обучения в высшем учебном заведении представляется актуальной задачей современного образования.

		<p>Принимая это во внимание, обратимся к содержанию понятия «опыт творческой деятельности». В психолого-педагогических словарях нет единого понимания его сущности, даются лишь отдельные толкования понятия «опыт» и «творческая деятельность».</p> <p>Так, в психологии «опыт» - это качество личности, сформированное в процессе ее деятельности, обучения и воспитания, обобщающее знания, навыки, умения и привычки, а «творческая деятельность» рассматривается как деятельность, в которой творчество как доминирующий компонент входит в структуру либо ее цели, либо способов. В формировании опыта творческой деятельности интерес представляют качества и свойства личности, способствующие творческой деятельности. Прежде всего, такое качество личности, как ее опыт. В философии понимание опыта относится к одной из главных проблем исследования и понимается как результат взаимодействия человека с объективным миром, включающий формы и результаты практической деятельности общества, приемы и навыки, открытые в практике законы человеческой деятельности и развития объективного мира.</p> <p>Выдающийся русский философ В.С. Соловьев утверждал, что опыт - эмпирическое познание действительности; единство знаний и умений. Опыт выступает как результат взаимодействия человека и мира и передается из поколения к поколению.</p>
	Инструкторская практика	<ol style="list-style-type: none"> 1. Составление конспекта урока и практическое проведение занятий. 2. Руководство командой в соревнованиях. 3. Проведение игр в качестве судьи в поле 4. Проведение тренировочных занятий в младших группах ДЮСШ под наблюдением тренера. 5. Участие в судействе официальных соревнований в роли судьи в поле и в составе секретариата. 6. Уметь составить положение для проведения соревнований.
		Вид спорта
4.1	<i>Обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта</i>	<p>Техническая подготовка. Техника передвижения. Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом. Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся и летящему мячу. Резаные удары. Удары в движении, прыжке, с поворотом, через себя без падения и с падением. Удары на точность, силу, дальность, маскируя момент и направление предполагаемого удара. Совершенствование умения точно и неожиданно для вратаря совершать удары по воротам. Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом. Удары головой по мячу в падении. Совершенствование техники ударов лбом в прыжке, выполняя их с активным сопротивлением, обращая при этом внимание на высокий прыжок, выигрыш единоборства и точность направления полета мяча. Остановка мяча. Остановка с поворотом на 180 градусов внутренней и внешней частью подъема опускающегося мяча, грудью летящего мяча. Остановка мяча на высокой скорости движения, выводя мяч на удобную позицию для последующих 47 действий. Остановка мяча головой. Ведение мяча. Совершенствование всех способов ведения мяча, увеличивая скорость движения, совершая рывки и обводку, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10м, надежно контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой. Обманные движения. Совершенствование финтов «уходом», «ударом», «остановкой» в условиях игровых упражнений с активным единоборством. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды, развития у занимающихся двигательных качеств, обращая особое внимание на совершенствование «коронных»</p>

		<p>финтов. Отбор мяча. Совершенствование в отборе изученными приемами в выпаде и подкате, атакуя соперника спереди, сбоку, сзади. Отбор мяча с использованием толчка плечом. Совершенствование умения определять замысел противника, владеющего мячом, момент для отбора мяча и безошибочно применять избранный способ владения мячом. Вбрасывание мяча. Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча, изменяя расстояние до цели, вбрасывание мяча партнеру для приема его ногами и головой. Техника игры вратаря. Ловля, отбивание, переводы мяча на месте и в движении, без падения и в падении. Совершенствование ловли и отбивания при игре на выходе. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника: ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока при обороне ворот. Совершенствование бросков руками и выбивания мяча ногами на дальность и точность. Тактическая подготовка. Тактика нападения. Индивидуальные действия. Маневрирование на поле: открывание для приема мяча, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля за счет скоростного маневрирования и подключения из обороны. Умение выбрать из нескольких возможных решений наиболее правильное и рационально использовать изученные технические приемы. Групповые действия. Взаимодействия с партнерами при организации атаки с использованием различных передач. Игра в одно касание. Смена флангов атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг. Правильное взаимодействие на последней стадии развития атаки вблизи ворот соперника. Совершенствование быстроты организации атак, выполняя продольные и диагональные передачи. Острота действия в завершающей фазе атаки. Командные действия. Организация быстрого и постепенного нападения по избранной тактической системе. Взаимодействие с партнерами при разном числе нападающих, а также внутри линии и между линиями. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Совершенствование закрывания, перехвата и отбора мяча. Эффективное противодействие ведению, обводке, передаче, удару. Групповые действия. Совершенствование правильного выбора позиции и страховки при организации противодействия атакующим комбинациям. Создание численного превосходства в обороне. Взаимодействия при создании искусственного положения «вне игры». Совершенствование слаженности действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника. Командные действия. Организация обороны против быстрого и постепенного нападения и с использованием персональной, зонной, комбинированной защиты. Быстрое перестроение от обороны к атаке. Совершенствование игры по принципу комбинированной обороны. Тактика вратаря. Выбор места в штрафной площади при ловле мяча на выходе и перехвате. Правильно определение момента для выхода из ворот и отбора мяча в ногах. Совершенствование умения определять направление возможного удара, занимая в соответствии с этим наиболее выгодную позицию. Совершенствование игры на выходах, быстрой организации атаки, руководства игрой партнеров по обороне.</p>
4.2	<p><i>Освоение специальных упражнений</i></p> <p><i>комплексов физических</i></p>	<p>Методические приемы: Объяснение, показ и непосредственная (физическая) помощь, самостоятельные работы во время тренировок. Во время игры в футбол в забеге на 100 метров не всегда способствуют таким же успехам при попытке убежать в быстрый отрыв. Гораздо важнее будет способность быстро «переключаться» между бегом вперед и назад, влево и вправо.</p> <p>Совмещение тренировок для развития ловкости в комплексе с классической скоростной тренировкой окажет огромное влияние на Ваши игровые возможности.</p>

4.3	<p><i>Повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов</i></p>	<p>Психологическая подготовленность, характеризующаяся приспособительными изменениями, наступающими в психике человека в связи со специфической деятельностью в данном виде спорта.</p> <p>Техническая подготовленность, определяется уровнем развития у спортсмена способности к выполнению соответствующих по форме и интенсивности двигательных действий.</p> <p>Социальная подготовленность, определяемая мотивами выполняемой спортивной деятельности (объединяющее звено).</p>
4.4	<p><i>Знание требований <u>федерального стандарта</u> спортивной подготовки по избранному виду спорта</i></p>	<p>Требования к структуре и содержанию программ спортивной подготовки, в том числе к освоению их теоретических и практических разделов применительно к каждому этапу спортивной подготовки. Программа спортивной подготовки по виду спорта "футбол" (далее - Программа) должна иметь следующую структуру и содержание:</p> <ul style="list-style-type: none"> - титульный лист; - пояснительную записку; - учебный план; - методическую часть; - систему контроля и зачетные требования; - перечень информационного обеспечения.
4.5	<p><i>Формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта</i></p>	<p>Формирование мотивации - это не «перекладывание» учителем в голову ученика готовых, извне задаваемых мотивов и целей учения. На практике формирование мотивов учения - это создание таких условий, при которых появятся внутренние побуждения (мотивы, цели, эмоции) к учению; осознание их учеником и дальнейшего саморазвития им своей мотивационной сферы. Педагог при этом выступает не в роли простого наблюдателя за тем, как развивается мотивационная сфера учащихся, он стимулирует ее развитие системой психологически продуманных приемов.</p> <p>Только в совокупности различных видов мотивации можно добиться высоких, как статистических данных, так и практически увидеть, как число здоровых, спортивных, социально активных школьников возрастает.</p>
4.6	<p><i>Знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства</i></p>	<p>В середине 19 века предпринимались различные попытки систематизировать правила футбола . Существующие законы датируются 1863 годом, когда недавно созданная Футбольная ассоциация официально приняла свод правил . Со временем в законы были внесены поправки, и с 1886 года они поддерживаются Правлением Международной футбольной ассоциации . Это единственные правила футбольной ассоциации, которые ФИФА разрешает использовать своим членам. Законы допускают некоторые незначительные необязательные изменения, которые могут быть реализованы национальными футбольными ассоциациями, в том числе некоторые для игры на самых низких уровнях, но в остальном почти весь организованный футбол во всем мире проводится по одному и тому же набору правил.)</p>
4.7	<p><i>Опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях</i></p>	<p>Участие в соревнованиях: контрольных-1-2 раза в год, основных-1 раз в год.</p>

ВАРИАТИВНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ ОБЛАСТИ

		Базовый уровень	Углубленный уровень
		Различные виды спорта и подвижные игры	
5.1	<i>Умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр</i>	<p>-точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами вида спорта «футбол» и подвижных игр;</p> <p>-развивать физические качества по виду спорта, средствами других видов спорта и подвижных игр;</p> <p>-соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;</p> <p>-приобретет навыки сохранения собственной физической формы.</p>	<p>- точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами вида спорта «футбол» и подвижных игр;</p> <p>- развивать физические качества по виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;</p> <p>- соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;</p> <p>приобретать и сохранять собственную физическую форму.</p>
5.2	Умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр.	<p>- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростносиловых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта;</p> <p>- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;</p> <p>- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;</p> <p>-освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок; - знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта; - знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом; - приобретения опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях; -знание основ судейства по избранному виду. Спортивные игры - высшая ступень подвижных</p>	<p>- обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта;</p> <p>- освоение комплексов специальных физических упражнений;</p> <p>-повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;</p> <p>- формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта;</p> <p>- знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства;</p> <p>- опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.</p> <p>Спортивные игры - высшая ступень подвижных игр. Правила в них строго регламентированы, они требуют специальных площадок и оборудования. Для спортивных игр характерным является наличие сложной техники движений и определенной тактики поведения в процессе игры. Это требует от участников специальной подготовки, тренировки. Каждая игра рассчитана на точно установленное количество играющих, определенную площадку, инвентарь.</p> <p>По своему воздействию спортивные игры являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных</p>

	<p>игр. Правила в них строго регламентированы, они требуют специальных площадок и оборудования. Для спортивных игр характерным является наличие сложной техники движений и определенной тактики поведения в процессе игры. Это требует от участников специальной подготовки, тренировки. Каждая игра рассчитана на точно установленное количество играющих, определенную площадку, инвентарь.</p> <p>По своему воздействию спортивные игры являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации). И это понятно. Ибо сутью и особенностью спортивных игр являются мгновенная смена ситуаций, необходимость принимать решения в кратчайшие</p>	<p>способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации). И это понятно. Ибо сутью и особенностью спортивных игр являются мгновенная смена ситуаций, необходимость принимать решения в кратчайшие промежутки времени, ориентировка в сложной двигательной деятельности, выполнение разнообразных двигательных действий с мячом и без мяча.</p>
--	--	---

		<p>промежутки времени, ориентировка в сложной двигательной деятельности, выполнение разнообразных двигательных действий с мячом и без мяча.</p>	
5.3	<p>Умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений</p>	<p>-не производить упражнение без разрешения тренера-преподавателя, – не оставлять без присмотра спортивный инвентарь. – соблюдать дисциплину и порядок во время тренировки. – при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. – не уходить с занятий без разрешения тренера. – при несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. -при неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю;</p>	<p>не производить упражнение без разрешения тренера-преподавателя, – не оставлять без присмотра спортивный инвентарь. – соблюдать дисциплину и порядок во время тренировки. – при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. – не уходить с занятий без разрешения тренера. – при несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. -при неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю;</p>
5.4	<p>Приобретение навыков сохранения собственной физической формы.</p>	<p>Занятия футболом расширяют возможности эстетического воздействия на занимающихся, развивая у спортсменов стремление к физической красоте, к творческим проявлениям, к эстетически оправданному поведению. Игровая и тренировочная деятельность оказывают комплексное и разностороннее воздействие на организм занимающихся, развивают основные физические качества – быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки, способствует приобретению навыков сохранения собственной</p>	<p>Навыки - это автоматизированные компоненты сознательного действия человека, которые вырабатываются в процессе его выполнения. Навык возникает как сознательно автоматизируемое действие и затем функционирует как автоматизированный способ его выполнения. Занятия футболом расширяют возможности эстетического воздействия на занимающихся, развивая у спортсменов стремление к физической красоте, к творческим проявлениям, к эстетически оправданному поведению. Игровая и тренировочная деятельность оказывают комплексное и разностороннее воздействие на организм занимающихся, развивают основные физические качества – быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки, способствует приобретению навыков сохранения собственной физической формы. Круглогодичные занятия футболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке,</p>

		<p>физической формы. Круглогодичные занятия футболом в самых различных климатических и метеорологических условиях способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, учебного и спортивного режимов.</p>	<p>повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, учебного и спортивного режимов.</p>
		Судейская подготовка	
6.1.	<i>Освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике.</i>	<p>С самого начала учебно-тренировочного этапа начинают освоение навыков работы инструктора – помощника тренера. Тренер может поручить одному из детей проведение некоторых упражнений разминки или всей этой части тренировки. К этому моменту дети занимаются футболом от 4 до 6 лет, они провели сотни разминок под руководством тренера и знают многие упражнения, которые используют в этой части учебно-тренировочного занятия.</p>	<ul style="list-style-type: none"> – показ (демонстрации) и объяснения техники игры, ее отдельных элементов и специальных упражнений; – обучение различных категорий людей двигательным действиям и развития физических качеств в процессе занятий футболом; визуального контроля за техникой выполнения игровых упражнений; – общения, воспитательной работы, техникой речи (профессиональным языком) в процессе занятий спортивными играми; – рационального применения учебного и лабораторного оборудования, аудиовизуальных средств, компьютерной техники, тренажерных устройств и специальной аппаратуры в процессе занятий футболом; – формирования здорового стиля жизни на основе потребности в физической активности и регулярном применении игровых упражнений с целью оздоровления и физического совершенствования обучаемых; – навыками практического судейства соревнований;
6.2.	<i>Знание этики поведения спортивных судей.</i>	<p>Футбол – единственный вид спорта, где судейская деятельность контролируется в рамках строгой регламентации единым судейским комитетом ФИФА. Все члены ФИФА подчиняются Судейской конвенции, которая включает в себя основные положения футбольного судейства и определяет векторы его развития. Исполнительные комитеты ФИФА находятся в постоянном взаимодействии с</p>	<p>Футбол – единственный вид спорта, где судейская деятельность контролируется в рамках строгой регламентации единым судейским комитетом ФИФА. Все члены ФИФА подчиняются Судейской конвенции, которая включает в себя основные положения футбольного судейства и определяет векторы его развития. Исполнительные комитеты ФИФА находятся в постоянном взаимодействии с</p>

		<p>федерациями футбола всех стран-членов и направляют действия всех субъектов футбольной деятельности (в том числе судей).</p>	
6.3	<p><i>Освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории «юный спортивный судья» по избранному виду спорта.</i></p>	<p>Квалификационная категория "юный спортивный судья" присваивается физкультурно-спортивными организациями, организациями, осуществляющими спортивную подготовку, образовательными организациями, осуществляющими деятельность в области физической культуры и спорта, по месту жительства кандидата или по месту территориальной сферы деятельности региональной спортивной федерации по ходатайству, заверенному печатью (при наличии) и подписью руководителя региональной спортивной федерации, содержащему сведения о фамилии, имени, отчестве (при наличии), дате рождения кандидата, выполнении Квалификационных требований (далее - Ходатайство).</p> <p>Вторая и третья категория присваиваются органами местного самоуправления муниципальных районов и городских округов (далее - органы местного самоуправления) по месту территориальной сферы деятельности региональной спортивной федерации по Представлению, заверенному печатью (при наличии) и подписью руководителя региональной спортивной федерации (за исключением военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта).</p> <p>Вторая и третья категория присваиваются подразделениями федеральных органов по</p>	<p>Квалификационная категория "юный спортивный судья" присваивается физкультурно-спортивными организациями, организациями, осуществляющими спортивную подготовку, образовательными организациями, осуществляющими деятельность в области физической культуры и спорта, по месту жительства кандидата или по месту территориальной сферы деятельности региональной спортивной федерации по ходатайству, заверенному печатью (при наличии) и подписью руководителя региональной спортивной федерации, содержащему сведения о фамилии, имени, отчестве (при наличии), дате рождения кандидата, выполнении Квалификационных требований (далее -Ходатайство).</p> <p>Вторая и третья категория присваиваются органами местного самоуправления муниципальных районов и городских округов (далее - органы местного самоуправления) по месту территориальной сферы деятельности региональной спортивной федерации по Представлению, заверенному печатью (при наличии) и подписью руководителя региональной спортивной федерации (за исключением военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта).</p> <p>Вторая и третья категория присваиваются подразделениями федеральных органов по месту их нахождения по Представлению, подписанному должностным лицом, уполномоченным подразделением федерального органа (далее - должностное лицо) (для военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта).</p> <p>Первая категория присваивается органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации (за исключением случаев присвоения сотрудникам федеральных органов, принадлежность которых к таким федеральным органам отнесена к сведениям, составляющим государственную тайну) по месту территориальной сферы деятельности региональной спортивной федерации или по месту нахождения подразделения федерального органа по Представлению, заверенному печатью (при наличии) и подписью руководителя региональной спортивной федерации или подразделения федерального органа.</p>

		<p>месту их нахождения по Представлению, подписанному должностным лицом, уполномоченным подразделением федерального органа (далее - должностное лицо) (для военно-прикладных и служебно-прикладных видов спорта). Первая категория присваивается органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации (за исключением случаев присвоения сотрудникам федеральных органов, принадлежность которых к таким федеральным органам отнесена к сведениям, составляющим государственную тайну) по месту территориальной сферы деятельности региональной спортивной федерации или по месту нахождения подразделения федерального органа по Представлению, заверенному печатью (при наличии) и подписью руководителя региональной спортивной федерации или подразделения федерального органа.</p>	
7.		Развитие творческого мышления	
7.1	<i>Развитие изобретательности и логического мышления</i>	<p>Изобретательность – способность человека нестандартно мыслить, находить новые и полезные пути решения поставленных задач, умение сопоставлять вещи и распознавать их связь; стремление к творческой деятельности и самореализации.</p> <p>Мышление - это процесс функционирования сознания, определяющий познавательную деятельность человека и его способность выявлять и связывать образы, представления, понятия, определять возможности их изменения и применения. В процессе мышления</p>	<p>Изобретательность – способность человека нестандартно мыслить, находить новые и полезные пути решения поставленных задач, умение сопоставлять вещи и распознавать их связь; стремление к творческой деятельности и самореализации.</p> <p>Мышление - это процесс функционирования сознания, определяющий познавательную деятельность человека и его способность выявлять и связывать образы, представления, понятия, определять возможности их изменения и применения. В процессе мышления обрабатывается ранее полученная информация, устанавливаются межпредметные связи. Логика – это способность к рассуждению.</p> <p>Логическое мышление - мыслительный процесс, во время которого применяются логические конструкции, позволяющие прийти к достоверным объективным выводам, основываясь на имеющейся информации. Виды логического мышления:</p>

	<p>обрабатывается ранее полученная информация, устанавливаются межпредметные связи. Логика – это способность к рассуждению.</p> <p>Логическое мышление – мыслительный процесс, во время которого применяются логические конструкции, позволяющие прийти к достоверным объективным выводам, основываясь на имеющейся информации.</p> <p>Виды логического мышления: образное – посредством воображения, словесное (вербальное), предполагает построение строгих логических цепочек и владение грамотной связной речью, абстрактное – абстрагирование от материального.</p> <p>Цель раздела предметной области – ускорить процесс мышления, повысить его качество, мотивировать обучающихся к самостоятельному поиску и подбору возможных вариантов движения к цели.</p> <p>Основная направленность занятий создание условий для реализации творческой познавательной деятельности обучающихся, воспроизведения ранее полученных знаний, поддержка интереса к саморазвитию, пополнению недостающих знаний, самостоятельному поиску и творческой реализации</p> <p>Задачи раздела предметной области – формирование навыков и умений обучающихся: в доступной и правильной форме излагать свои мысли и доводы, аргументировать свою позицию; находить правильное решение проблем, особенно находясь в критической ситуации; исправлять и избегать новых ошибок, не спешить с</p>	<p>образное – посредством воображения, словесное (вербальное), предполагает построение строгих логических цепочек и владение грамотной связной речью, абстрактное – абстрагирование от материального.</p> <p>Цель раздела предметной области – ускорить процесс мышления, повысить его качество, мотивировать обучающихся к самостоятельному поиску и подбору возможных вариантов движения к цели. Основная направленность занятий создание условий для реализации творческой познавательной деятельности обучающихся, воспроизведения ранее полученных знаний, поддержка интереса к саморазвитию, пополнению недостающих знаний, самостоятельному поиску и творческой реализации</p> <p>Задачи раздела предметной области – формирование навыков и умений обучающихся: в доступной и правильной форме излагать свои мысли и доводы, аргументировать свою позицию; находить правильное решение проблем, особенно находясь в критической ситуации; исправлять и избегать новых ошибок, не спешить с вынесением оценочных и ложных суждений; действовать самостоятельно, без прямых инструкций педагога, тренера-преподавателя; проявлять инициативу; взаимодействовать в коллективе; выстраивать объективные, логические цепочки; обрабатывать информацию, представленную в таблицах, схемах, рисунках, диаграммах и текстах, самостоятельно отражать устную и текстовую информацию при решении задач и выполнении заданий.</p> <p>Способы развития логического мышления и изобретательности: настольные игры (шахматы, шашки, нарды); логические задачи (ребусы, графические головоломки, текстовые задачи, загадки, анаграммы, пазлы); тестовые задания на сообразительность, основанные на причинноследственных связях (игры, кроссворды, сканворды и прочее); освоение и применение в играх, упражнениях дедуктивного и индуктивного методов; упражнения на решение задач на сравнение, совмещение, на причинноследственные зависимости, на соотнесение понятий и предметов и прочее.</p>
--	--	--

		<p>вынесением оценочных и ложных суждений; действовать самостоятельно, без прямых инструкций педагога, тренера-преподавателя; проявлять инициативу; взаимодействовать в коллективе; выстраивать объективные, логические цепочки; обрабатывать информацию, представленную в таблицах, схемах, рисунках, диаграммах и текстах, самостоятельно отражать устную и текстовую информацию при решении задач и выполнении заданий. Способы развития логического мышления и изобретательности: настольные игры (шахматы, шашки, нарды); логические задачи (ребусы, графические головоломки, текстовые задачи, загадки, анаграммы, пазлы); тестовые задания на сообразительность, основанные на причинноследственных связях (игры, кроссворды, сканворды и прочее); освоение и применение в играх, упражнениях дедуктивного и индуктивного методов; упражнения на решение задач на сравнение, совмещение, на причинноследственные зависимости, на соотнесение понятий и предметов и прочее.</p>	
7.2	<p><i>Развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи</i></p>	<p>Развивать и повышать тактическое мышление, способность анализировать ход матча, соревнования в целом. Ведь во время матча игроку приходится решать сложнейшие двигательскокоординационные задачи. Развивая зрительную и двигательную виды памяти, футболист не только быстрее осваивает технические элементы, но и лучше разрабатывает тактические комбинации. Игрок должен</p>	<p>Развивать и повышать тактическое мышление, способность анализировать ход матча, соревнования в целом. Ведь во время матча игроку приходится решать сложнейшие двигательскокоординационные задачи. Развивая зрительную и двигательную виды памяти, футболист не только быстрее осваивает технические элементы, но и лучше разрабатывает тактические комбинации. Игрок должен оценить не только положение соперника до, во время и после удара, но также скорость, направление, вращение мяча и множество других параметров. Во время игры футболисту приходится анализировать, наблюдать, сопоставлять. Помогает футбол развить и оперативность мышления – ведь правильный ход</p>

		<p>оценить не только положение соперника до, во время и после удара, но также скорость, направление, вращение мяча и множество других параметров. Во время игры футболисту приходится анализировать, наблюдать, сопоставлять. Помогает футбол развить и оперативность мышления – ведь правильный ход нужно найти вовремя, иначе через доли этот ход превратится в проигрышный. - «Развитие изобретательности и логического мышления»; - «Развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи»; - «Развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия в игре в период проведения тренировочных занятий (в том числе в спортивных соревнованиях)»</p>	<p>нужно найти вовремя, иначе через доли этот ход превратится в проигрышный. - «Развитие изобретательности и логического мышления»; - «Развитие умения сравнивать, выявлять и устанавливать закономерности, связи и отношения, самостоятельно решать и объяснять ход решения поставленной задачи»; - «Развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия в игре в период проведения тренировочных занятий (в том числе в спортивных соревнованиях)»</p>
7.3	<p><i>Развитие умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия</i></p>	<p>Внимание - психофизиологический процесс, состояние, характеризующее динамические особенности познавательной деятельности, процесс сознательного или бессознательного (полубессознательного) отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирования другой. В ряде видов спорта (баскетбол, футбол, велосипедный спорт, хоккей и другие) требуется постоянное и напряженное сосредоточение на игровом предмете, действиях партнеров и соперников, здесь внимание является одним из ключевых качеств. В иных видах внимание не является лимитирующим фактором. Однако в целом, высокий уровень внимания и</p>	<p>Внимание - психофизиологический процесс, состояние, характеризующее динамические особенности познавательной деятельности, процесс сознательного или бессознательного (полубессознательного) отбора одной информации, поступающей через органы чувств, и игнорирования другой. В ряде видов спорта (баскетбол, футбол, велосипедный спорт, хоккей и другие) требуется постоянное и напряженное сосредоточение на игровом предмете, действиях партнеров и соперников, здесь внимание является одним из ключевых качеств. В иных видах внимание не является лимитирующим фактором. Однако в целом, высокий уровень внимания и отдельных его специфических проявлений, позволяют эффективно действовать в соревнованиях во время напряженного спортивного поединка. Цель раздела предметной области – повысить концентрацию внимания обучающихся, необходимого для принятия правильных технико- тактических решений, предвидения изменяющейся игровой ситуации. Задачи раздела предметной области: формирование навыка управлять своим вниманием, повысить его устойчивость, увеличить объем внимания и длительность его концентрации; умение</p>

		отдельных его специфических проявлений, позволяют эффективно действовать в соревнованиях во время напряженного спортивного поединка. Цель раздела предметной области – повысить концентрацию внимания обучающихся, необходимого для принятия правильных технико-тактических решений, предвидения изменяющейся игровой ситуации. Задачи раздела предметной области: формирование навыка управлять своим вниманием, повысить его устойчивость, увеличить объем внимания и длительность его концентрации; умение регулировать и поддерживать уровень мышечных усилий при параллельном выполнении физических упражнений с соблюдением техники и выполнении задания на концентрацию внимания. Виды внимания: произвольное и произвольное, природное, социально обусловленное, непосредственное и опосредствованное. В учебно-тренировочном процессе применяют индивидуальные упражнения, групповые упражнения общего назначения (психотехнические игры) и специальные физические упражнения на концентрацию внимания (индивидуально, в группах и в команде).	регулировать и поддерживать уровень мышечных усилий при параллельном выполнении физических упражнений с соблюдением техники и выполнении задания на концентрацию внимания. Виды внимания: произвольное и произвольное, природное, социально обусловленное, непосредственное и опосредствованное. В учебно-тренировочном процессе применяют индивидуальные упражнения, групповые упражнения общего назначения (психотехнические игры) и специальные физические упражнения на концентрацию внимания (индивидуально, в группах и в команде).
8.		Национальный региональный компонент	
8.1	<i>Знание особенностей развития видов спорта в Чувашской Республике</i>	В ходе изучения истории развития физической культуры и спорта в Чувашской Республике с дореволюционного периода по сегодняшний день был проведен анализ возникновения и развития футбола на территории	В ходе изучения истории развития физической культуры и спорта в Чувашской Республике с дореволюционного периода по сегодняшний день был проведен анализ возникновения и развития футбола на территории Чувашии. С 1946 года в Чувашии возобновились первенства республики по видам спорта. Было проведено порядка 17 республиканских соревнований, в том числе по футболу, баскетболу и болу. В послевоенные годы

		<p>Чувашии. С 1946 года в Чувашии возобновились первенства республики по видам спорта. Было проведено порядка 17 республиканских соревнований, в том числе по футболу, баскетболу и болу. В послевоенные годы широкий размах получают спортивные состязания на праздниках «Акатуй». Вокруг спортивных площадок собираются по несколько тысяч человек. Наибольшую популярность получили состязания легкоатлетов, борцов, гиревиков, футболистов, велосипедистов и болистов. В республике в конце 50-х гг. насчитывалось более 200 тыс. физкультурников. Культивировалось более 30 видов спорта. Дальнейшее развитие получили легкая атлетика, лыжный спорт, акробатика, футбол, бол, городки, шашки и шахматы. Ориентировочно официальной датой рождения футбола в Чувашии можно назвать 1953 год - появление первой секции при Комитете по физической культуре и спорту в Чувашской АССР.</p> <p>Особое развитие футбол получил при инструкторе физической культуры общества «Динамо» А.С. Харитонове. Он одновременно являлся тренером женской футбольной команды, которая с 1954 по 1967 г. неизменно становилась чемпионом ЧАССР. Наивысшее достижение в тренерской работе по футболу - 3-е место на первенстве ФСО «Динамо». Десятикратными чемпионами Чувашии были Г. Николаева, Г. Троицкая, А. Мескова, И. Игумнова, Г. Никитина, А. Павлова, А. Шайбина, И. Булаева. Часто проводились интересные встречи на</p>	<p>широкий размах получают спортивные состязания на праздниках «Акатуй». Вокруг спортивных площадок собираются по несколько тысяч человек. Наибольшую популярность получили состязания легкоатлетов, борцов, гиревиков, футболистов, велосипедистов и болистов. В республике в конце 50-х гг. насчитывалось более 200 тыс. физкультурников. Культивировалось более 30 видов спорта. Дальнейшее развитие получили легкая атлетика, лыжный спорт, акробатика, футбол, бол, городки, шашки и шахматы. Ориентировочно официальной датой рождения футбола в Чувашии можно назвать 1953 год - появление первой секции при Комитете по физической культуре и спорту в Чувашской АССР.</p> <p>Особое развитие футбол получил при инструкторе физической культуры общества «Динамо» А.С. Харитонове. Он одновременно являлся тренером женской футбольной команды, которая с 1954 по 1967 г. неизменно становилась чемпионом ЧАССР. Наивысшее достижение в тренерской работе по футболу - 3-е место на первенстве ФСО «Динамо». Десятикратными чемпионами Чувашии были Г. Николаева, Г. Троицкая, А. Мескова, И. Игумнова, Г. Никитина, А. Павлова, А. Шайбина, И. Булаева. Часто проводились интересные встречи на первенство Чувашии среди команд «Медик», «Спартак» и «Динамо». Среди известных футболистов в до- и послевоенное время были Е. Гордеев, А. Соколов, братья Бундины, В. Гладких и т.д. До войны первенство в основном держали футболисты ДСО «Медик», где в то время играли Р. Сретенский, Б. Новошинов, Н. Уральский, Комолов. В 50-60 гг. удачнее выступала мужская сборная по футболу ДСО «Динамо», которая неоднократно была чемпионом республики по футболу. Не на последнем месте часто оказывались и футболисты Цивильска. Тренером и игроком этой команды был Ю. Сучков.</p> <p>В те годы за сборную республики по футболу выступали Р. Сретенский, В. Тощев, Ю. Никитин, А. Шешнев, Е. Бортницкий, А. Михайлов, А. Харитонов, Н. Кутузов.</p> <p>Подъему футбола в республике способствовали два крупных соревнования, проведенных в Чебоксарах. В 1954 г. 12 сильнейших мужских команд оспаривали звание чемпиона РСФСР. А в 1956 году на игру кубка ЦС «Динамо» приезжала женская команда с А. Чудиной. В 50-е гг. председателем Федерации футбола республики был Р. Сретенский. В 1962 г. были проведены первые выборы председателя Федерации футбола республики. На этот пост был избран Харитонов Авенир Семенович, председатель РС ФСО «Динамо», тренер по футболу женской команды. В 1959 году состоялась Первая летняя спартакиада</p>
--	--	--	---

первенство Чувашии среди команд «Медик», «Спартак» и «Динамо». Среди известных футболистов в до- и послевоенное время были Е. Гордеев, А. Соколов, братья Бундины, В. Гладких и т.д. До войны первенство в основном держали футболисты ДСО «Медик», где в то время играли Р. Сретенский, Б. Новошинов, Н. Уральский, Комолов. В 50-60 гг. удачнее выступала мужская сборная по футболу ДСО «Динамо», которая неоднократно была чемпионом республики по футболу. Не на последнем месте часто оказывались и футболисты Цивильска. Тренером и игроком этой команды был Ю. Сучков. В те годы за сборную республики по футболу выступали Р. Сретенский, В. Тощев, Ю. Никитин, А. Шешнев, Е. Бортницкий, А. Михайлов, А. Харитонов, Н. Кутузов.

Подъему футбола в республике способствовали два крупных соревнования, проведенных в Чебоксарах. В 1954 г. 12 сильнейших мужских команд оспаривали звание чемпиона РСФСР. А в 1956 году на игру кубка ЦС «Динамо» приезжала женская команда с А. Чудиной. В 50-е гг. председателем Федерации футбола республики был Р. Сретенский. В 1962 г. были проведены первые выборы председателя Федерации футбола республики. На этот пост был избран Харитонов Авенир Семенович, председатель РСФСО «Динамо», тренер по футболу женской команды. В 1959 году состоялась Первая летняя спартакиада колхозов-миллионеров. Более 500 спортсменов из села участвовали в соревнованиях по разным видам спорта, в том числе и футболу. В 1960

колхозов-миллионеров. Более 500 спортсменов из села участвовали в соревнованиях по разным видам спорта, в том числе и футболу. В 1960 году проводилась Юбилейная спартакиада республики. На этот период активно работали 30 секций по разным видам спорта. Наиболее успешными были шахматная, гимнастическая, футбольная (Харитонов А.С.) и др. Юбилейная спартакиада проводилась по 19 видам спорта: среди обязательных видов был и футбол. Команда г. Чебоксары стала чемпионом по футболу. Наличие большой практики проведения соревнований, квалифицированных судей и спортивных баз позволило проводить финальные соревнования РСФСР по футболу в 1959 году (зона Поволжья).

В начале 60-х гг. была построена первая футбольная площадка с дренажом на стадионе «Энергия» электроаппаратного завода. Сборные команды электроаппаратного завода по футболу были неоднократными чемпионами Чувашии. Особо хочется отметить мужскую команду «Энергия» электроаппаратного завода, которая несколько лет подряд попадала в финал ЦС ФСО «Труд» (1963-1969 гг.). Особые результаты в развитии футбола были достигнуты в 1962 году, когда студенты Чувашии приняли участие в зональных соревнованиях в г. Йошкар-Оле ВФ МЭИ.

В конце 60-х - начале 70-х гг. в Чувашию приехал на работу тренер по футболу Ю.К. Пастухов. Он создал женскую футбольную команду «Волжанка» на базе хлопчатобумажного комбината. Созданная молодая команда стала чемпионом Чувашии, затем призером и чемпионом Поволжья. В течение 10 лет (1971-1981 гг.) данная команда играла в 1-й лиге чемпионата России. Потом ее лучшие игроки И. Берендеева, Т. Емельянова, В. Ильинская играли в командах высшей лиги СССР. Более в Чувашии никогда не появлялась лучшая за все годы женская команда. В эти же годы на базе сельскохозяйственного института ДСО «Урожай» формируют мужскую сборную команду по футболу. Она добилась больших успехов: была лучшей на первенстве Поволжья и даже в СССР среди сельских команд - чемпионы СССР ВФДСО «Урожай» (1975 г.). Лучшим тренером стал Бережецкий В.М., сумевший поднять команду на столь высокий уровень. Таким образом, конец 70-х и начало 80-х гг. ознаменовались высокими достижениями именно ДСО «Урожай». Под руководством Общества были построены многие спортивные площадки, в том числе и футбольные, так необходимые для привлечения молодежи к спорту. Начало и середина 80-х гг. прошлого века были примечательны тем, что на фоне ослабления

году проводилась Юбилейная спартакиада республики. На этот период активно работали 30 секций по разным видам спорта. Наиболее успешными были шахматная, гимнастическая, футбольная (Харитонов А.С.) и др. Юбилейная спартакиада проводилась по 19 видам спорта: среди обязательных видов был и футбол. Команда г. Чебоксары стала чемпионом по футболу.

Наличие большой практики проведения соревнований, квалифицированных судей и спортивных баз позволило проводить финальные соревнования РСФСР по футболу в 1959 году (зона Поволжья).

В начале 60-х гг. была построена первая футбольная площадка с дренажом на стадионе «Энергия» электроаппаратного завода. Сборные команды электроаппаратного завода по футболу были неоднократными чемпионами Чувашии. Особо хочется отметить мужскую команду «Энергия» электроаппаратного завода, которая несколько лет подряд попадала в финал Цс ФСО «Труд» (1963-1969 гг.). Особые результаты в развитии футбола были достигнуты в 1962 году, когда студенты Чувашии приняли участие в зональных соревнованиях в г. Йошкар-Оле ВФ МЭИ.

В конце 60-х - начале 70-х гг. в Чувашию приехал на работу тренер по футболу Ю.К. Пастухов. Он создал женскую футбольную команду «Волжанка» на базе хлопчатобумажного комбината. Созданная молодая команда стала чемпионом Чувашии, затем призером и чемпионом

работы некоторых секций все же секции футбола развивались довольно успешно, хотя высоких результатов команды на российских соревнованиях не достигали.

Таким образом, в ходе исследования мы пришли к выводу, что в качестве спорта до середины XX в. футбол был слабо распространен в Чувашии. В состязаниях по футболу спортсмены начали принимать участие лишь в середине 1950-х гг., когда среди автономных республик Поволжья начали проводиться первенства. Толчком для развития данного вида спорта послужила деятельность А.С. Харитонова, который тренировал женскую команду, ставшую неоднократным чемпионом республики. Немало его воспитанниц защищали честь республики. Особо необходимо отметить работу Пастухова Юрия Константиновича - старшего тренера женской футбольной команды «Волжанка» (1971-1981 гг.), которая была победительницей чемпионата зоны Поволжья. Шесть его воспитанниц играли в сборных командах СССР в первой лиге. На современном этапе развития футбол широко распространен среди молодежи Чувашской Республики. Яркая форма, игра, захватывающая дух и, наконец, особая молодёжная культурная среда, окружающая состязание, привлекают к этому виду спорта не только молодых, но и людей всех возрастов.

Популярность же футбола за все время его существования, бывало, и снижалась, но никогда не пропадала. И сейчас наблюдается футбольный подъем в нашей республике. На современном этапе развития футбола произошли большие изменения. Начали создаваться футбольные клубы, вследствие чего занимающиеся этим видом спорта получили шанс играть не только на уровне нашей республики, но и выйти на всероссийский уровень. Все это формирует у занимающихся устойчивую жизненную позицию, складывается система приоритетов, сопровождающих человека в течение всей жизни, стремление к совершенствованию, этика социального поведения, умение разрабатывать методы достижения жизненных целей.

Поволжья. В течение 10 лет (1971-1981 гг.) данная команда играла в 1-й лиге чемпионата России. Потом ее лучшие игроки И. Берендеева, Т. Емельянова, В. Ильинская играли в командах высшей лиги СССР. Более в Чувашии никогда не появлялась лучшая за все годы женская команда. В эти же годы на базе сельскохозяйственного института ДСО «Урожай» формируют мужскую сборную команду по футболу. Она добилась больших успехов: была лучшей на первенстве Поволжья и даже в СССР среди сельских команд - чемпионы СССР ВФДСО «Урожай» (1975 г.). Лучшим тренером стал Бережецкий В.М., сумевший поднять команду на столь высокий уровень. Таким образом, конец 70-х и начало 80-х гг. ознаменовались высокими достижениями именно ДСО «Урожай». Под руководством Общества были построены многие спортивные площадки, в том числе и футбольные, так необходимые для привлечения молодежи к спорту. Начало и середина 80-х гг. прошлого века были примечательны тем, что на фоне ослабления работы некоторых секций все же секции футбола развивались довольно успешно, хотя высоких результатов команды на российских соревнованиях не достигали.

Таким образом, в ходе исследования мы пришли к выводу, что в качестве спорта до середины XX в. футбол был слабо распространен в Чувашии. В состязаниях по футболу спортсмены начали принимать участие лишь в середине 1950-х гг., когда среди автономных республик Поволжья начали проводиться первенства. Толчком для развития данного вида спорта

послужила деятельность А.С. Харитонов, который тренировал женскую команду, ставшую неоднократным чемпионом республики. Немало его воспитанниц защищали честь республики. Особо необходимо отметить работу Пастухова Юрия Константиновича - старшего тренера женской футбольной команды «Волжанка» (1971-1981 гг.), которая была победительницей чемпионата зоны Поволжья. Шесть его воспитанниц играли в сборных командах СССР в первой лиге. На современном этапе развития футбол широко распространен среди молодежи Чувашской Республики. Яркая форма, игра, захватывающая дух и, наконец, особая молодежная культурная среда, окружающая состязание, привлекают к этому виду спорта не только молодых, но и людей всех возрастов. Популярность же футбола за все время его существования, бывало, и снижалась, но никогда не пропадала. И сейчас наблюдается футбольный подъем в нашей республике. На современном этапе развития футбола произошли большие изменения. Начали создаваться футбольные клубы, вследствие чего занимающиеся этим видом спорта получили шанс играть не только на уровне нашей республики, но и выйти на всероссийский уровень. Все это формирует у занимающихся устойчивую жизненную позицию, складывается система приоритетов, сопровождающих человека в течение всей жизни, стремление к совершенствованию, этика социального поведения,

		умение разрабатывать методы достижения жизненных целей.	
9.		Специальные навыки	
		Базовый уровень	Углубленный уровень
9.1	<i>Умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорт специальными навыками.</i>	<p>-точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами вида спорта «футбол»;</p> <p>-развивать физические качества по виду спорта, средствами других видов спорта и подвижных игр;</p> <p>-соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;</p> <p>-приобретет навыки сохранения собственной физической формы.</p>	<p>- точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами вида спорта «футбол»;</p> <p>- развивать физические качества по виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;</p> <p>- соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;</p> <p>приобретать и сохранять собственную физическую форму.</p>
9.2	<i>Умение развивать профессионально необходимые физические качества по избранному виду спорта.</i>	<p>- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростносиловых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта;</p> <p>- овладение основами техники и тактики избранного вида спорта;</p> <p>- освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений;</p> <p>-освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок; - знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта; - знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом; - приобретения опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях; -знание основ судейства по избранному виду</p>	<p>- обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта;</p> <p>- освоение комплексов специальных физических упражнений;</p> <p>-повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов;</p> <p>- формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта;</p> <p>- знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства;</p> <p>- опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.</p>

		спорта.	
9.3	<p><i>Умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки, а также владение средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев.</i></p>	<p>Необходимо уметь определить опасность, правильно оценивать игроков и контролировать себя. При падениях занимающийся должен уметь применять приёмы страховки. К приёмам самостраховки относится умение вовремя прекратить выполнение упражнения или по ходу видоизменить его так, что это предотвратит срыв или облегчит его последствия, позволит избежать получение травмы. Игра в футбол – достаточно травмоопасный вид спорта. Спортсмен может получить травмы:</p> <p>во время падения; во время нахождения на поле посторонних предметов; при игре в неподходящей форме (спортивной одежды и обуви).</p> <p>При игре в футбол игроки обязаны соблюдать технику безопасности – свод правил, для избежание несчастных случаев.</p> <p>Во время занятий на поле посторонним лицам находиться запрещено.</p> <p>При выполнении прыжков, столкновениях и падениях футболист должен уметь применять приёмы само страховки.</p> <p>Игрок должен соблюдать дисциплину в игре, не использовать грубые и опасные приёмы – не ставить подножек, не толкаться и т.п.</p> <p>Игрок должен знать правила игры в футбол.</p> <p>Футболист должен использовать ту экипировку, которая обеспечивает ему безопасность. А это, прежде всего, футболка, шорты, гетры, удобная обувь.</p>	<p>Необходимо уметь определить опасность, правильно оценивать игроков и контролировать себя. При падениях занимающийся должен уметь применять приёмы страховки. К приёмам самостраховки относится умение вовремя прекратить выполнение упражнения или по ходу видоизменить его так, что это предотвратит срыв или облегчит его последствия, позволит избежать получение травмы. Для предупреждения травм необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильно подбирать обувь и защиту; - не забывать о качественной разминке с хорошим разогревом; - отказаться от игр на скользких и твердых полях; - следить за весом, не допускать ожирения; - регулярно тренироваться; - постепенное восстанавливаться после травм.

9.4	Умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении физических упражнений.	<p>-не производить упражнение без разрешения тренера-преподавателя, – не оставлять без присмотра спортивный инвентарь. – соблюдать дисциплину и порядок во время тренировки. – при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. – не уходить с занятий без разрешения тренера. – при несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. -при неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю;</p>	<p>не производить упражнение без разрешения тренера-преподавателя, – не оставлять без присмотра спортивный инвентарь. – соблюдать дисциплину и порядок во время тренировки. – при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. – не уходить с занятий без разрешения тренера. – при несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. -при неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю;</p>
-----	---	---	--

10. Спортивное и специальное оборудование

		Базовой уровень	Углубленный уровень
10.1	Знание устройства спортивного и специального оборудования по избранному виду спорта.	<p>Воспитанники изучают площадку для игры в футбол, её устройство, разметку. Подготовку площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.</p>	<p>Воспитанники изучают площадку для игры в футбол, её устройство, разметку. Подготовку площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.</p>
10.2	Умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование.	<p>Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной. Броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лежа) и в движении. Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.</p>	<p>Упражнения с набивными мячами – поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной. Броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лежа) и в движении. Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе. Упражнения с малыми мячами – броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении.</p>

		Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе. Упражнения с малыми мячами – броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, в стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении.	
10.3	<i>Приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования</i>	<p>Содержание спортивного оборудования и инвентаря – комплекс мероприятий по техническому обслуживанию, текущему ремонту, уборке, выполняемый для поддержания спортивного оборудования и инвентаря в надлежащем нормативном санитарно-техническом состоянии.</p> <p>Регулярный визуальный осмотр спортивного оборудования и инвентаря – проверка, позволяющая обнаружить очевидные опасные дефекты, вызванные актами вандализма, неправильной эксплуатацией и климатическими условиями.</p> <p>Функциональный осмотр спортивного оборудования и инвентаря – детальная проверка спортивного оборудования и инвентаря с целью оценки их рабочего состояния, эксплуатационных качеств, степени изношенности, а также прочности, устойчивости, пр.</p> <p>– тщательная проверка спортивного оборудования и инвентаря, выполняемая с целью оценки соответствия технического состояния спортивных объектов требованиям безопасности.</p>	<p>Содержание спортивного оборудования и инвентаря – комплекс мероприятий по техническому обслуживанию, текущему ремонту, уборке, выполняемый для поддержания спортивного оборудования и инвентаря в надлежащем нормативном санитарно-техническом состоянии.</p> <p>Регулярный визуальный осмотр спортивного оборудования и инвентаря – проверка, позволяющая обнаружить очевидные опасные дефекты, вызванные актами вандализма, неправильной эксплуатацией и климатическими условиями.</p> <p>Функциональный осмотр спортивного оборудования и инвентаря – детальная проверка спортивного оборудования и инвентаря с целью оценки их рабочего состояния, эксплуатационных качеств, степени изношенности, а также прочности, устойчивости, пр.</p> <p>– тщательная проверка спортивного оборудования и инвентаря, выполняемая с целью оценки соответствия технического состояния спортивных объектов требованиям безопасности.</p>

3.2. Рабочие программы по предметным областям

Рабочие программы по предметным областям в виде календарно-тематического планирования (КТП) разрабатываются на учебный год тренерами преподавателями в соответствии с приказом Минспорта России

№ 939 от 15.11.2018 г. и объемом учебной нагрузки таблица в 4 имеют: Базовый уровень сложности (с 1 по 6 год обучения)

Предметная область «Теоретические основы физической культуры и спорта»;

Предметная область «Общая физическая подготовка»;

Предметная область «Вид спорта»;

Вариативная часть программы: различные виды спорта и подвижные игры, специальные навыки, национальный региональный компонент.

Углубленный уровень сложности (с 1 по 2 год обучения) Предметная область «Теоретические основы физической культуры и спорта»;

Предметная область «Общая и специальная физическая подготовка»;

Предметная область «Вид спорта»;

Предметная область «Основы профессионального самоопределения»;

Вариативная часть программы: различные виды спорта и подвижные игры, судейская подготовка, специальные навыки, национальный региональный компонент.

3.3. Объемы учебных нагрузок

В процессе реализации программы предусмотрено следующее соотношение объемов обучения по предметным областям по отношению к общему объему учебного плана .

Таблица 8.

3.3.1. Объем учебных нагрузок

Предметные области	% соотношение объемов предметных областей учебного плана по отношению к общему объему учебного плана базового уровня Программы	% соотношение объемов предметных областей учебного плана по отношению к общему объему учебного плана углубленного уровня Программы
Обязательные предметные области		
Теоретические основы физической культуры и спорта	10-25	10-15
Общая физическая подготовка	20-30	-
Общая и специальная физическая подготовка	-	10-15
Вид спорта	15-30	15-30
Основы профессионального самоопределения	-	15-30
Вариативные предметные области		
Судейская подготовка	-	5-10
Различные виды спорта и подвижные игры	5-20	-

ПРИКАЗ от 15 ноября 2018 г. N 939 «ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ТРЕБОВАНИЙ К МИНИМУМУ СОДЕРЖАНИЯ, СТРУКТУРЕ, УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРОГРАММ В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА И К СРОКАМ ОБУЧЕНИЯ ПО ЭТИМ ПРОГРАММАМ»

3.3.2. Учебная нагрузка

Показатель учебной нагрузки	Уровни сложности программы			
	Базовый уровень			Углубленный уровень
	1-2 годы обучения	3-4 годы обучения	5-6 годы обучения	
Количество часов в неделю	6	8	10	12
Количество занятий в неделю	3-4	3-4	4-5	5-6
Общее количество часов в год	252	416	420	504
Общее количество	126-168	126-168	168-210	168-210

занятий в год				
---------------	--	--	--	--

3.4. Методические материалы

Используемые методы обучения:

1. Словесные (источник знаний — слово) — рассказ тренера, беседа, объяснение, лекция, работа с книгой;
2. Наглядные (источник знаний — образ) — демонстрация реальных или изображенных объектов, явлений и их наблюдение;
3. Практические (источник знаний — опыт) — упражнения, соревнования.

Современные педагогические и информационные технологии, используемые в программе

В научной литературе можно встретить классификации технологий обучения по разным основаниям:

1. по признаку новизны: традиционные, инновационные;
2. по результату обучения: технология полного усвоения, технология развивающего обучения;
3. по ориентации средств и методов обучения на определенные структуры личности: наглядно-образные технологии, операционные технологии, информационные технологии, действенно-практические технологии, технологии самоуправления учебной деятельностью;
4. по доминирующей учебной форме: технология урока, технология групповой работы, технология коллективного обучения, игровые технологии обучения;
5. по характеру педагогического взаимодействия: авторитарные технологии обучения, технологии свободного выбора, интерактивные (диалоговые) технологии.

3.5. Методы выявления и отбора одаренных детей

3.5.1. Общая характеристика спортивной одаренности

Одаренность - явление не только многообразное, но и противоречивое. Одаренность крепким здоровьем, выносливостью еще не означает, что человек наделен специальными задатками (высоким ростом, или прочностью костной ткани, или эластичностью связок и т. д.), соответствующими определенному виду спорта. Нередко то, что считается необходимым для одной спортивной деятельности, противопоказано другой (например, огромная мышечная масса тяжелоатлета - спринтеру). Врожденные индивидуальные качества, отвечающие требованиям какого-либо вида спорта, определяются уже не как спортивная одаренность вообще, а как конституциональная профессиональная пригодность к этому виду спорта. Но и выдающиеся физические задатки сами по себе не гарантируют еще наличия способностей, обусловленных психической одаренностью. Благодаря способностям быстро приобретаются искусные навыки эффективных спортивных действий - спортивная техника. Психологический аспект спортивной одаренности, так же как и физические задатки, не проявляется как некий монолит. Сенсомоторная одаренность и связанные с нею скорость, точность, координированность телодвижений могут сочетаться с плохой памятью, слабоорганизованным вниманием, неоперативным мышлением. Психическая конституциональная пригодность в разных видах спорта разная. Наконец, даже комплексно выраженная спортивная одаренность без развитых личностных качеств (упорство, трудолюбие, умение рационально организовать деятельность или отрегулировать свое состояние) не обеспечит достижения высоких результатов. Одаренность спортсмена позволяет сохранить эффективность деятельности при экономии сил, так как то, что лучше получается, выполняется с меньшим напряжением или с напряжением иного качества, сопровождающимся положительными процессуальными ощущениями. В свою очередь, физические задатки благоприятствуют эффективной деятельности тем, что длительное время поддерживают необходимое условие высокой работоспособности. К примеру, сильная нервная система 46 предотвращает развитие утомления, способствует устойчивой деятельности в стрессогенных условиях соревнований. Физический аспект спортивной одаренности: Акселераты - могучие на вид ребята, но с детским умом, детской нервной системой, детским характером, и относиться к ним нужно как к детям. «Спортивные машины» - спортсмены, добивающиеся успеха исключительно благодаря своим феноменальным антропоморфическим (телесным) данным, без техники, без спортивного характера, без любви к спорту. «Узкие специалисты», блестяще владеющие одним-двумя приемами из огромного технико-тактического арсенала вида спорта. «Богатыри». Отличаются природной физической выносливостью, физической силой, силой нервной системы. По праву можно называть богатырем только такого спортсмена, цели и труд которого под стать его физической силе. Психологический аспект спортивной одаренности: «Артисты» - особый стиль деятельности, цель которого не столько достичь спортивного результата, сколько произвести впечатление на публику. Впечатления они добиваются как чисто техническими приемами (использование оригинальных, неповторимых, коронных приемов, особое изящество, эмоциональность исполнения), так и демонстративным поведением (апелляции к зрителям, даже маленькие «спектакли», нередко заранее режиссированные). Главный интерес в деле — не прагматический (цель любыми средствами), а творческий (чтобы было ново,

красиво, ярко выражало индивидуальность исполнителя). Если «артист» появляется в игровом виде спорта, то он претендует на роль лидера, и вся команда должна работать на него. В некомандных видах спорта они чаще рекордсмены, реже — чемпионы (чтобы стать чемпионом, надо рассчитать срок пика спортивной формы, уметь готовить себя к соревнованию независимо от того, испытываешь ли ты сейчас артистический кураж). «Атомные станции». Потребность в насыщении высокоразвитых функциональных систем, обеспечивающих спортивную деятельность, процессуальное и результативное удовольствие от собственных действий - другой механизм, который задействует мощности «атомных станций». Кипучая деятельность человека, может быть проявлением ненасытной любви к своему делу, выражением функциональных потребностей талантливого спортсмена. «Ваньки-встаньки». Энергичен, улыбчив. быстро адаптируется к новым условиям, быстро восстанавливается, хорошо, даже весело, переносит такие большие и разнообразные нервно- психические нагрузки, которые человеку с другим темпераментом могут быть не под силу. «Каскадеры» Потребность освоения нового и сложного, потребность борьбы в условиях неизвестности составляет суть психологии «каскадеров», которые отличаются в таких ситуациях хладнокровием и блестящей техникой. 47 «Вундеркинды». Ребенок, психически и профессионально одаренный, с раннего возраста демонстрирующий поразительные возможности слуха, памяти... Генетически обусловленная развитость этих или других психофизиологических функций сочетается с детской обостренностью восприятия. Ведь в детском мире по сравнению с миром взрослого человека краски, запахи, звуки, все ощущения ярче, сильнее, богаче. «Самородки» Уникальное социально-биологическое явление. Сплав природной одаренности - физической, психической, специальных задатков и способностей с привитым в детские годы трудолюбием, ответственностью, самостоятельностью. Их особенностью является полный набор гармонично сочетающихся технико-тактико-психофизических спортивных задатков и способностей. В отличие от «вундеркиндов», которые с детских лет специализируются в избранном виде деятельности, суть самородка составляет самостоятельное развитие в трудных условиях самообеспечения. Любая разновидность одаренности облегчает деятельность. Для обучения при наличии способностей требуется минимум волевых усилий. Психические способности придают деятельности неповторимые черты яркого индивидуального стиля. Нечто похожее наблюдается и при выраженных физических задатках. Сами задатки подсказывают спортсмену особенности его индивидуального стиля. В данном случае - тактику деятельности. Итак, выраженная спортивная одаренность, комплекс задатков и способностей, соответствующих виду спорта, предрасполагает к образованию системы облегченного труда с ведущим чувственным способом деятельности и принципом получения процессуального удовольствия. Такая система развития мастерства сказывается и на формировании свойств характера спортсмена.

3.5.2. Принципы выявления детей, обладающих спортивной одаренностью

В основу идеи физкультурного образования детей с признаками спортивной одаренности положено семь принципов, разработанных в соответствии с отечественными традициями обучения одаренных детей:

Принцип учета потенциальных возможностей ребенка. В педагогическом и социальном плане более важным является не те физические возможности, которые демонстрирует ребенок на сегодняшний день, а то, что следует ожидать от него в будущем.

Принцип комплексного оценивания. Вывод об одаренности ребенка может быть сделан на основе оценки целого спектра способностей (умственных, творческих, двигательных).

Принцип долговременности. Обследование детей должно быть длительным, а его организация - поэтапной.

Принцип участия различных специалистов. В диагностическом обследовании одаренных детей должны участвовать педагоги, психологи, 48 врачи, кроме того, родители и дети. Только сопоставление всех полученных данных может дать объективную картину.

Принцип использования тренировочных методов и заданий. Тренировочные методики (в отличие от диагностических методик) в обучении детей со спортивной одаренностью призваны решать, прежде всего, задачи физического развития ребенка, а также способствуют снятию психологических барьеров между исследователем и испытуемым. Для детей дошкольного возраста и младшего школьного возраста целесообразна разработка и применение игровых тренировочных методик, построенных на основе подвижных игр и игровых упражнений.

Принцип участия детей в оценке собственной спортивной одаренности. Реализация этого принципа в работе с детьми может включать в себя рефлексию и анализ ребенком собственного двигательного опыта, оценку выполненных им двигательных заданий.

Спортивный отбор - это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренность) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта).

Спортивный отбор - длительный, многоступенчатый процесс, который может быть эффективным

лишь в том случае, если на всех этапах многолетней подготовки спортсмена обеспечена комплексная методика оценки его личности, предполагающая использование различных методов исследования (педагогических, медико-биологических, психологических, социологических и др.).

Спортивная ориентация - система организационно-методических мероприятий, позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта.

Спортивная ориентация исходит из оценки возможностей конкретного человека, на основе которой производится выбор наиболее подходящей для него спортивной деятельности. Выбрать для каждого занимающегося вид спортивной деятельности - задача спортивной ориентации; отобрать наиболее пригодных, исходя из требований вида спорта, - задача спортивного отбора.

Спортивные способности во многом зависят от наследственно обусловленных задатков, которые отличаются стабильностью, консервативностью. Поэтому при прогнозировании спортивных способностей следует обращать внимание, прежде всего, на те относительно мало изменчивые признаки, которые обуславливают успешность будущей спортивной деятельности.

Наряду с изучением консервативных признаков прогноз спортивных способностей предполагает выявление тех показателей, которые могут существенно изменяться под влиянием тренировки. При этом для повышения степени точности прогноза необходимо принимать во внимание, как темпы роста показателей, так и их исходный уровень. В связи с гетерохронностью развития отдельных функций и качественных особенностей имеют место определенные различия в структуре проявления способностей спортсменов в разные возрастные периоды. Особенно отчетливо эти различия наблюдаются у занимающихся в технически сложных видах спорта, в которых высоких спортивных результатов достигают уже в детском и подростковом возрасте и в которых вся подготовка спортсмена, от новичка до мастера спорта международного класса, протекает на фоне сложных процессов формирования юного спортсмена

3.6. Требования техники безопасности в процессе реализации образовательной программы.

Места занятий, соревнований и используемое оборудование должны быть сертифицированы и соответствовать всем мерам безопасности.

К занятиям и участию в соревнованиях допускаются воспитанники, отнесенные к основной медицинской группе и допущенные врачом к спортивным занятиям; прошедшие инструктаж по мерам безопасности, имеющие соответствующую экипировку: спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий и соревнований.

Во время тренировочных занятий спортсменам следует четко и своевременно выполнять указания и распоряжения тренера; избегать столкновений; соблюдать заданный интервал и дистанцию.

Тренировочные занятия преимущественно должны иметь трехчастную структуру: вводно-подготовительную, основную и заключительную.

Вводно-подготовительная часть тренировочного занятия предназначена для организации занимающихся и подготовки их к последующей работе. Продолжительность этой части должна составлять 20-25% общего времени тренировочного занятия. Ведущей формой организации занимающихся служит фронтальный способ.

Основная часть тренировочного занятия, продолжительностью 70-75% общего времени, предназначена для непосредственного решения задач подготовки обучающихся. Ее содержание составляют двигательные задания. Приоритетными организационными формами данной части тренировочного занятия служат групповой и индивидуальный.

Заключительная часть предназначена для постепенного снижения нагрузки и активизации процессов восстановления. Ее продолжительность составляет 5-10% времени всего тренировочного занятия. Приоритетной организационной формой здесь вновь является фронтальный, а ведущими средствами дыхательные, беговые упражнения в спокойном темпе и растяжки.

Охрана труда обучающихся при проведении занятий по игровым видам спорта (футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, теннис и др.):

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов: 52 - травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной

обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм Должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае с обучающимся руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

1.8. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.

3.2. Строго выполнять правила проведения подвижной игры.

3.3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и провести важную уборку спортивного зала.

5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ вымыть лицо и руки с мылом.

Охрана труда обучающихся при проведении спортивных соревнований

1. Общие требования безопасности:

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников, следующих опасных факторов: - травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования; - травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии; - травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме; - травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию; - травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина; - обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20о С; - травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелком или нахождении рядом других участников соревнований; - проведение соревнований без разминки.

1.4. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.

1.5. При проведении спортивных соревнований должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.6. О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю соревнований.

1.7. Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом соревнований

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.

2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.

2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

2.5. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время соревнований

3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.

3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнований.

3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

3.6. Перед прыжками в воду посмотреть отсутствие вблизи других участников соревнований.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного инвентаря и оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.

4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании соревнований

5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

4. ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ И ПРОФОРИЕНТАЦИОННОЙ РАБОТЫ

4.1. Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер-преподаватель может проводить ее во время учебнотренировочных занятий и дополнительно на тренировочных сборах и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется их свободное время. На протяжении многолетней спортивной подготовки тренер формирует у занимающихся, прежде всего, патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, смелость, упорство, терпеливость), эстетические чувства прекрасного, аккуратность, трудолюбие. **Воспитательные средства:**

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;

- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов.

Основные воспитательные мероприятия:

- посвящение в юные спортсмены;
- проводы выпускников;
- просмотр соревнований (видео) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- экскурсии, культпоходы в театры и на выставки;
- тематические диспуты и беседы;
- трудовые сборы и субботники;
- оформление стендов и газет.

Важное место в воспитательной работе должно отводиться соревнованиям. Кроме воспитания у учеников понятия об общечеловеческих ценностях, необходимо серьезное внимание обратить на этику спортивной борьбы на площадке и вне ее. Перед соревнованиями необходимо настраивать игроков не только на достижение победы, но и на проявление в поединке морально-волевых качеств. Соревнования могут быть средством контроля за успешностью воспитательной работы в команде. Наблюдая за особенностями поведения и высказываниями учеников во время игр, тренер может сделать вывод о сформированности у них необходимых качеств.

План воспитательной и профориентационной работы в ходе реализации дополнительной предпрофессиональной программы содержит:

1. групповую и индивидуальную работу с обучающимися;
2. профессиональную ориентацию обучающихся;
3. физкультурно-оздоровительные, физкультурно-спортивные, творческие и иные мероприятия;
4. встречи, лекции, беседы, мастер-классы с известными спортсменами, тренерами, учеными и иными специалистами в области физической культуры и спорта;
5. посещение музеев, имеющих экспозиции по спортивной тематике, театров, кинотеатров для просмотра спектаклей, представлений, фильмов на спортивную тему или иную тему, связанную с воспитательной работой.

4.2. Профессиональная ориентация - это система учебно-воспитательной работы, направленная на усвоение обучающимися необходимого объема знаний о социально-экономических и психофизических характеристиках профессий.

Реализация профориентационного плана предусматривает активное участие тренеров-преподавателей, родителей обучающихся, администрации спортивной школы, сотрудников центра занятости населения и иных заинтересованных лиц в проведении профориентационных мероприятий, направленных на подготовку востребованных в регионе профессиональных кадров.

Цели профориентационной работы

- оказания профориентационной поддержки обучающимся в процессе выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности.
- выработка у обучающихся сознательного отношения к труду, профессиональное самоопределение в условиях свободы выбора сферы деятельности в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда.

Задачи:

- сформировать положительное отношение к труду;
- научить разбираться в содержании профессиональной деятельности;
- научить соотносить требования, предъявляемые профессией, с индивидуальными качествами

4.3. Проведение физкультурно-оздоровительных, физкультурно – спортивных и иных мероприятий.

Разделы плана	Содержание работы	Сроки
Трудовое воспитание	1. Установление распорядка дежурств по уборке мест занятий после тренировки	В течение года
	2. Участие в субботниках	
	3. Помощь в оформлении наглядной агитации	

<i>Нравственное воспитание</i>	Состояние и развитие спорта в России	Сентябрь
	Воспитание нравственных и волевых качеств спортсменов	Ноябрь
	Беседа с детьми по профилактике беспризорности	Январь
	Беседа «Питание и его значение для сохранения здоровья»	Март
	Поход	Сентябрь
<i>Эстетическое воспитание</i>	Посещение учебно-тренировочных занятий старших спортсменов и их соревнований	В течение года
	Беседа «Питание и его значение для сохранения здоровья»	Апрель
	Посещение занятий старших спортсменов и их соревнований	В течение года
	Беседа «Красота тела и души»	
	Акция «Футболисты за здоровый образ жизни»	
	Экскурсия	
<i>Безопасность жизнедеятельности</i>	Беседа с учащимися «Правила поведения в спортивном зале и на спортплощадке»	В течение года
	Инструктаж по технике безопасности ПДД.	
	Беседа «Правила поведения при угрозе террористического акта»	
	Инструктаж по ТБ «Опасность пользования пиротехническими средствами и взрывчатыми веществами»	
	Инструктаж по ТБ «По правилам безопасного поведения на водоемах в зимнее время»	
	Беседа «Меры предосторожности и правила поведения на льду»	
<i>Работа с одаренными детьми</i>	Проведение внутришкольных соревнований с целью выявления одаренных обучающихся для участия в соревнованиях различного уровня согласно календарю спортивно-массовых мероприятий (все группы)	В течение года
	Участие обучающихся в соревнованиях согласно календаря	
<i>Работа с родителями</i>	Проведение родительского собрания. (Все группы)	По мере необходимости
	Индивидуальные беседы с родителями (по необходимости)	
<i>Профориентационная работа</i>	Встреча с интересным человеком (спортсменом, тренером)	Май

4.4. Организация бесед по этические и спортивно-этические темы, диспуты, читательские конференции, встречи с известными спортсменами, торжественный прием и выпуск воспитанников спортивной школы, проведение торжественных собраний, празднование «дней рождения».

4.5. Организация посещения театров, музеев, выставок, встречи с деятелями спорта, походы в кино, экскурсии, турпоходы и др. Каждое из планируемых мероприятий должно отвечать конкретной воспитательной задаче, а вся воспитательная работа — главной цели — формированию всесторонне и гармонически развитой личности. Учитывая ограниченный бюджет свободного времени юных спортсменов, необходимо вести поиск наиболее

эффективной организации и использования форм воспитательной работы. Одним из наиболее эффективных являются комплексные формы воспитательной работы, т. е. такие, которые сочетают в себе элементы всех основных направлений воспитательного процесса. Данные формы предполагают активное участие юных спортсменов в организации, подготовке и проведении планируемых мероприятий под руководством представителей школы, ответственных за их проведение. В свою очередь, тренеры осуществляют ненавязчивый контроль за ходом выполнения намеченных мероприятий, оказывая при необходимости действенную помощь.

5. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

5.1. Система текущего контроля и промежуточной аттестации

Требования к результатам освоения и условиям реализации Программы.

Педагогический контроль и оценка подготовленности мини-футболистов являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации педагоги должны использовать следующие виды контроля:

- этапный;
- текущий;
- оперативный.

С помощью этапного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода занятий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль даёт возможность оценить состояние занимающихся в течение дня.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности юных мини-футболистов на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения применяется тренером-преподавателем в качестве оперативного контроля. В процессе работы с мини-футболистами тренеры-преподаватели осуществляют свои наблюдения постоянно. Это даёт им возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом занимающемся. Например, для изучения и оценки индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы мини-футболистов на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, тренеры-преподаватели получают возможность вносить изменения в педагогические воздействия на занимающихся.

Контрольные нормативы содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет тренеру-преподавателю определить степень усвоения учебного материала.

5.2. Формы контроля уровня достижений занимающихся

№	Контрольные упражнения	Возраст 6 лет
1	Бег 30 м (с)	6,6
2	Бег 300 м (с)	89
3	Прыжок в длину с места (см.)	115
4	Бег 30 м. с ведением мяча (с.)	9,0
5	Удар по мячу ногой на дальность (м.)	20
6	Жонглирование мячом (количество ударов)	7-8
7	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам 30 м.(с)	14,0
8	Бросок мяча рукой на дальность (м.)	6 - 7

Условия выполнения упражнений:

1. Бег на 30, 300, и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по лёгкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

2. Бег на 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта), мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок оставит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша.

3. Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по неподвижному мячу. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

4. Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъёма, внутренне и внешней стороной стопы, бедром) и головой в любой последовательности, не повторяя один способ удара два раза подряд.

5. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м. от линии штрафной площади). Вести мяч, далее обвести «змейкой» четыре стойки (первая стойка ставится на линию штрафной площади, далее в центре через каждые 2 м. ещё три стойки), и, не доходя до 6-метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Из трёх попыток засчитывается лучший результат.

Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более четырёх шагов) выполняется по коридору шириной 3м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трёх попыток.

7. Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся.

5.3. Перечень вопросов по теоретическим знаниям в конце обучения по данной программе.

1. История развития футбола.
2. История развития футбола в СССР и России.
3. Правила пробития штрафных и свободных ударов.
4. Правила ввода мяча из-за лицевой и боковой линии.
5. Что такое «пенальти»?
6. Что такое положение «вне игры»?
7. Функции и обязанности капитана команды.
8. Функции и обязанности боковых судей.
9. Функции и обязанности главного судьи.
10. Функции и обязанности резервного судьи.
11. Система розыгрыша ЧМ и ЧЕ по футболу.
12. Система розыгрыша Лиги чемпионов.
13. Система розыгрыша Кубка УЕФА.
14. Функции и последствия желтой карточки.
15. Функции и последствия красной карточки.
16. Функции разметки на футбольном поле.
17. Технические характеристики футбольного поля.

Аттестация проводится в виде экзаменационного среза знаний. Каждый ребенок получает в процессе жеребьевки по одному вопросу. Сдача происходит в устной форме. Оценка выставляется педагогом по 10 бальной системе.

10-9 – высокий;

8-7 – средний;

6-5 – достаточный.

5.4. Аттестация - это оценка уровня и качества освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы.

Итоговая аттестация - оценка уровня достижений обучающимися содержания образовательной программы по завершению курса. Проводится по окончании обучения по дополнительной общеразвивающей программе по виду спорта.

Результатом освоения Программы является приобретение обучающимися за период обучения знаний, умений и навыков области теории и методики физической культуры и спорта, и в области общей физической подготовки.

Промежуточная аттестация - это оценка качества усвоения обучающимися содержания Программы по итогам учебного периода. Проводится в конце учебного года путем сдачи комплексов контрольных нормативов (тестов) по общей физической подготовке. Успешное прохождение аттестации дают основание для перевода обучающихся на следующий год обучения.

5. Система контроля и зачетные требования.

5.1. Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы.

Для полевых игроков и вратарей по общей физической подготовке:

1. Бег 30м.
2. Прыжок в длину с места.
3. Челночный бег 3x10 м.

Упражнения выполняются по правилам соревнований по легкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта. Для полевых игроков и вратарей по специальной физической подготовке: 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. 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 три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами. Для полевых игроков и вратарей по технической подготовке: Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м (подростки 10 - 12 лет - с расстояния 11 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. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняется 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 ворота, упражнения не засчитываются. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

Жонглирование мячом — выполняются удары правой и левой ногой (серединной, 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. Для вратарей по технической подготовке Удар по мячу ногой 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. Даются три попытки. Учитывается лучший результат. 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.

Комплексы контрольных упражнений для зачисления в группы базового уровня 1-го – 2-го годов обучения.

Примечание: Основным требованием к технике выполнения нормативов является отсутствие ошибок, граничащих с невыполнением элементов.

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПЕРЕВОДА ЗАНИМАЮЩИХСЯ НА КАЖДЫЙ ПОСЛЕДУЮЩИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ:

1. Физическая подготовленность: набрать не менее 15 баллов за выполнение 5 нормативов по ОФП, СФП и технической программе.

№ п/п

Контрольные упражнения (тесты) баллы 1 2 3 4 5

1. Бег 30 м. со старта (сек.) 7.2 7.0 6,9 6,7 6.6

2. Челночный бег 3x10 м. 9.9 9.7 9,5 9,4 9.3

3. Прыжок в длину с/м (см) 110 115 125 130 135

4 Жонглирование мячом (количество раз) 2 3 4 5 6

5 Бег 30 м с ведением мяча (сек) 9.5 9.0 8,5 8.0 7.5

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы для 1-2 годов обучения базового уровня

Примечание: Основным требованием к технике выполнения нормативов является отсутствие ошибок, граничащих с невыполнением элементов.

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПЕРЕВОДА ЗАНИМАЮЩИХСЯ НА КАЖДЫЙ ПОСЛЕДУЮЩИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ:

1. Физическая и техническая подготовленность: набрать не менее 15 баллов за выполнение 5 нормативов по ОФП, СФП и технической программе

№ п/п

Контрольные упражнения (тесты) Уровень баллы 1 2 3 4 5

1. Бег 30 м. со старта (сек.) 1 7.0 6,9 6,7 6.6 6.4 2 6,9 6,7 6.6 6.4 6.1
2. Челночный бег 3x10 м. 1 9.7 9,5 9,4 9.3 9.2 2 9,4 9.3 9.2 9.1 8.9
3. Прыжок в длину с/м (см) 1 125 130 135 140 145 2 130 135 140 145 150 техническая программа
- 4 Жонглирование мячом (количество раз) 1 2 3 4 5 6 2 3 4 5 6 7
- 5 Бег 30 м с ведением мяча (сек) 1 9.0 8,5 8.0 7.5 7.3 2 8,5 8.0 7.5 7.3 6.9

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы для 3-4 годов обучения базового уровня

Примечание: Основным требованием к технике выполнения нормативов является отсутствие ошибок, граничащих с невыполнением элементов.

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПЕРЕВОДА ЗАНИМАЮЩИХСЯ НА КАЖДЫЙ ПОСЛЕДУЮЩИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ:

1. Физическая и техническая подготовленность: набрать не менее 18 баллов за выполнение 6 нормативов по ОФП, СФП и технической программе

№ п/п

Контрольные упражнения (тесты) Уровень баллы 1 2 3 4 5

1. Бег 30 м. со старта (сек.) 3 6,7 6.6 6.4 6.1 5,7 4 6,7 6,4 6,2 5,9 5,4
2. Челночный бег 3x10 м. 3 9,6 9,5 8,9 8,3 7,7 4 9,3 9,2 8,5 8,0 7,5
3. Прыжок в длину с/м (см) 3 135 140 155 170 180
- 4 140 150 165 180 190 техническая программа
- 4 Жонглирование мячом (количество раз) 3 6 8 12 14 16 4 8 10 14 17 20
- 5 Бег 30 м с ведением мяча (сек) 3 8,0 7,5 7,0 6,8 6,4 4 7,5 6,8 6,3 5,8 5,5
- 6 Удар по мячу на точность 3 2 3 4 5 6 4 3 4 5 6 7

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы 5-6-го годов обучения базового уровня

Примечание: Основным требованием к технике выполнения нормативов является отсутствие ошибок, граничащих с невыполнением элементов.

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПЕРЕВОДА ЗАНИМАЮЩИХСЯ НА КАЖДЫЙ ПОСЛЕДУЮЩИЙ ГОД

№ п/п

Контрольные упражнения (тесты) Уровень баллы 1 2 3 4 5

1. Бег 30 м. со старта (сек.) 5 6,4 6,2 5,8 5,2 5,0 6 6,0 5,9 5,5 5,0 4,5
2. Челночный бег 3x10 м. 5 8,9 8,6 8,1 7,6 7,1 6 8,6 8,4 7,9 7,4 6,9
3. Прыжок в длину с/м (см) 5 160 165 180 187 200 6 170 180 190 195 210 техническая программа
- 4 Жонглирование мячом (количество раз) 5 10 12 16 20 26 6 12 16 20 26 30
- 5 Бег 30 м с ведением мяча (сек) 5 6,7 6,4 6,0 5,6 5,2 6 6,2 6,0 5,6 5,3 5,2
- 6 Удар по мячу на точность 5 3 4 5 6 7 6 4 5 6 7 8
- 7 Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек) 5 11,2 10,8 10,3 9,8 9,3 6 9,9 9,6 9,3 8,9 8,5
- 8 Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м) 5 35 40 45 50 55
- 6 40 50 55 60 65

Для вратарей

- 1 Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м) 5 15 18 20 25 30 6 25 30 34 40 45
- 2 Бросок мяча на дальность (м) 5 12 16 20 24 28 6 16 20 24 28 32

ОБУЧЕНИЯ:

1. Физическая подготовленность: набрать не менее 24 баллов за выполнение 8 нормативов по ОФП, СФП и технической программе. (для полевых игроков) и 30 баллов за выполнение 10 нормативов по ОФП, СФП технической программе. (для вратарей).

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы 1-2-го годов обучения углубленного уровня

№ п/п

Контрольные упражнения (тесты) Уровень баллы 1 2 3 4 5

1. Бег 30 м. со старта (сек.) 1 5,9 5,5 5,0 4,5 4,3 2 5,5 5,0 4,5 4,3 4,2
2. Челночный бег 3x10 м. 1 8,4 7,9 7,4 6,9 6,7 2 7,9 7,4 6,9 6,7 6,6
3. Прыжок в длину с/м (см) 1 180 190 200 210 220 2 190 200 210 220 230 техническая программа
- 4 Жонглирование мячом (количество раз) 1 16 20 26 30 34 2 20 26 30 34 40
- 5 Бег 30 м с ведением мяча (сек) 1 6,0 5,6 5,3 5,2 5,1 2 5,6 5,3 5,2 5,1 4,8
- 6 Удар по мячу на точность 1 4 5 6 7 8 2 4 5 6 7 8
- 7 Ведение мяча, обводка стоек и 1 9,6 9,3 8,9 8,5 8,3 2 9,3 8,9 8,5 8,3 8,1
- 8 Удар по мячу на дальность сумма ударов правой и левой ногой (м) 1 50 55 60 65 72 2 55 60 65 72 80

Для вратарей

- 1 Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность(м) 5 30 34 40 45 50 6 34 40 45 50 60 50

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПЕРЕВОДА ЗАНИМАЮЩИХСЯ НА КАЖДЫЙ ПОСЛЕДУЮЩИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ:

1. Физическая подготовленность: набрать не менее 24 баллов за выполнение 8 нормативов по ОФП, СФП и технической программе. (для полевых игроков) и 30 баллов за выполнение 10 нормативов по ОФП, СФП технической программе. (для вратарей).
- 2 Бросок мяча на дальность (м) 5 20 24 28 32 36 6 24 28 32 36 38 51

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения программы 3-4-го годов обучения углубленного уровня

№ п/п

Контрольные упражнения (тесты) Уровень баллы 1 2 3 4 5

1. Бег 30 м. со старта (сек.) 3 5,0 4,5 4,3 4,2 4,0 4 5,0 4,5 4,3 4,2 4,0
2. Челночный бег 3x10 м. 3 7,4 6,9 6,7 6,6 6,4 4 7,4 6,9 6,7 6,6 6,4
3. Прыжок в длину с/м (см) 3 200 210 220 230 240 4 210 220 230 240 250 техническая программа
- 4 Жонглирование мячом (количество раз) 3 26 30 34 40 46 4 30 34 40 46 50
- 5 Бег 30 м с ведением мяча (сек) 3 5,3 5,2 5,1 4,8 4,6 4 5,3 5,2 5,1 4,8 4,6
- 6 Удар по мячу на точность 3 5 6 7 8 9 4 5 6 7 8 9
- 7 Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек) 3 9,3 8,9 8,5 8,3 8,1 4 9,3 8,9 8,5 8,3 8,1
- 8 Удар по мячу на дальность сумма ударов правой и левой ногой (м) 3 55 60 65 72 80 4 60 65 72 80 90

Для вратарей

- 1 Удары по мячу ногой с рук на 3 34 40 45 50 60

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ПЕРЕВОДА ЗАНИМАЮЩИХСЯ НА КАЖДЫЙ ПОСЛЕДУЮЩИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ:

1. Физическая подготовленность: набрать не менее 24 баллов за выполнение 8 нормативов по ОФП, СФП и технической программе. (для полевых игроков) и 30 баллов за выполнение 10 нормативов по ОФП, СФП технической программе. (для вратарей) дальность и точность(м) 4 40 45 50 60 70
- 2 Бросок мяча на дальность (м) 3 24 28 32 36 38 4 28 32 36 38 40

5.2. Перечень тестов или вопросы по текущему контролю, освоения теоретической части образовательной программы.

Тема №1. Место и роль физической культуры и спорта в современном обществе. Понятие о физической культуре.

Физическая культура и спорт - часть общей культуры общества. Их значение и роль в гуманистическом воспитании личности, гармоничном развитии человека, оздоровлении нации, подготовке к труду и защите Родины. Государственные и общественные организации по физической культуре и спорту. Физкультура и спорт в системе образования. Роль и место спортивных школ и учреждений дополнительного образования. Задачи и содержание их работы в воспитании подрастающего поколения и подготовке спортивного резерва. Физкультурное движение, массовый спорт и спорт высших достижений.

Тема №2. История развития избранного вида спорта. Развитие футбола в России и за рубежом. Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования 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 и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

Тема №3. Основы спортивной подготовки и тренировочного процесса в прыжках на батуте. Обучение и тренировка - основные понятия. Основные задачи и принципы обучения и тренировки в спорте. Средства, методы и методические приемы обучения и тренировки. Типы тренировочных занятий. Тренировочное занятие (тренировка) - основная форма проведения занятий. Организация и содержание занятий для различных групп. Структура тренировки данного вида физических упражнений, распределение времени для решения задач тренировки, подбор двигательных заданий и их чередование. Общая и моторная плотности проводимого тренировочного занятия, количество повторений элементов, связок и комбинаций. Предпосылки обучения прыжковым упражнениям. Общая структура процесса обучения. Последовательность и методика разучивания упражнений на батуте, акробатической дорожке и двойном мини-трампе. Положительный и отрицательный перенос навыка. Предупреждение и исправление ошибок при изучении упражнений. Использование технических средств.

Тема №4. Основы законодательства в сфере физической культуры и 54 спорта. Правила соревнований по виду спорта. Организация и проведение соревнований. Основные факторы повышения соревновательного результата: мотивация, цели и задачи, трудность упражнений, оригинальность, исполнительское мастерство. Особенности соревновательной деятельности спортсменов различного возраста и квалификации. Единая всероссийская спортивная классификация и её роль в развитии спорта. Разрядные нормы и требования по футболу. Антидопинговые правила.

Тема №5. Сведения о строении и функциях организма человека. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Опорнодвигательный аппарат человека. Пассивный аппарат движения - кости, их строение и соединения. Суставы, их строение и укрепляющий аппарат. Активный аппарат движения - мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о кровообращении. Кровь. Сердце и сосуды. Изменения под влиянием нагрузок различной интенсивности. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Основные сведения о строении внутренних органов. Совершенствование органов и систем организма под влиянием регулярных занятий физической культурой и спортом.

Тема №6. Гигиенические знания, умения и навыки. Понятие о гигиене; гигиена физических упражнений и спорта, её значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха, занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена учащихся: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур. Гигиена одежды, обуви, сна, жилища. Гигиенические требования к местам проведения занятий.

Тема №7. Режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни. Режим дня учащихся. Соотношение труда, учебы, отдыха и тренировок при активных занятиях избранным видом спорта. Закаливание. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности учащихся и увеличения сопротивляемости различным заболеваниям, повышения иммунитета. Роль закаливания в регулярности занятий избранным видом спорта. Основные средства закаливания, приемы и особенности их применения. Значение и роль солнечных и воздушных ванн, водных процедур в процессе занятий.

Тема №8. Основы спортивного питания. Питание. Влияние рационального питания на сохранение и укрепление здоровья. Понятие об основном обмене, об энергетических тратах при физических нагрузках и восстановлении энергетических затрат учащихся. Назначение и роль белков, жиров и углеводов, минеральных солей и витаминов. Понятие о калорийности и усвояемости пищи. Питание и вес. Примерные суточные пищевые нормы занимающихся с учетом пола, 55 возраста, объема и интенсивности тренировок и соревнований.

Тема №9. Требования к технике безопасности при занятиях избранным видом спорта. Обеспечение безопасности на занятиях. Организационные и методические причины травматизма. Меры предупреждения травм на занятиях. Требования к организации занятий и методике обучения основным упражнениям. Дисциплина занимающихся. Приемы помощи и страховки: требования, виды и способы применения. Основные приемы самостраховки при выполнении прыжковых упражнений. Значение и содержание разминки на тренировках и соревнованиях. Оказание первой (доврачебной) помощи, раны и их разновидности. Ушибы, растяжения, разрывы связок, мышц и сухожилий. Кровотечения и их виды. Вывихи. Повреждения костей, ушибы, переломы. Действие высокой температуры: ожог, тепловой, солнечный удары. Действие низкой температуры: озноб, обморожение. Оказание первой помощи при обморочном состоянии. Способы остановки кровотечений, перевязки, наложение шины. Приемы искусственного дыхания. Переноска и перевозка пострадавших. Основы спортивного массажа. Приемы массажа. Особенности применения перед тренировкой, соревнованием и после них. Приемы самомассажа.

Тема №10. Врачебный контроль и самоконтроль в процессе занятий спортом. Значение и содержание врачебного контроля. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия, пульс. Субъективные данные: самочувствие, сон, аппетит, настроение, работоспособность. Понятие о спортивной форме, утомлении, перетренировке. Основы спортивного массажа. Массаж и самомассаж перед тренировкой и соревнованиями, во время и после. Противопоказания массажу.

Тема №11. Профессиональная подготовка Принципы, этапы и методы обучения. Ошибки, их предупреждение и исправление. Методика обучения упражнениям без предмета и с предметом. Понятие об общей и специальной физической подготовке. Методика развития двигательных качеств: ловкости, гибкости, быстроты, силы, выносливости и равновесия. Правила построения и проведения комплексов по общей и специальной физической подготовке.

Тема №12. Требования к оборудованию и инвентарю и спортивной форме. Гимнастические залы: комплексные и специализированные. Требования к оснащению занятий оборудованием и инвентарём. Перечень необходимого инвентаря и оборудования для занятий избранным видом спорта. Расположение спортивных снарядов в зале. Проверка надёжности и исправности оборудования. Основные правила эксплуатации оборудования. Технические средства для обучения и совершенствования упражнений. 56

Изготовление и ремонт оборудования и инвентаря для занятий. Спортивная форма. Тема №13. Психологическая подготовка. Спорт и личность. Ведущие свойства личности: трудолюбие, смелость, решительность, сознательность, активность, умение преодолевать трудности, дисциплинированность, ответственность за свои действия и порученное дело, организованность и уважение к товарищам. Воспитание личности в процессе тренировочных занятий и соревнований. Учёт особенностей проявления свойств нервной системы и темперамента. Воспитание морально-волевых качеств. Формирование эмоциональной устойчивости и сопротивление стрессовым факторам. Психологические особенности обучения сложным элементам, связкам и комбинациям. Формирование готовности к соревновательной деятельности. Психологическая подготовка к конкретному соревнованию. Особенности опробования и разминки. Регулирование психологического состояния непосредственно перед выполнением соревновательного упражнения. Оценка соревновательной надёжности. Учёт индивидуальных психологических особенностей партнерства в групповых упражнениях. Спортивный коллектив. Проблемы лидерства в спорте. Основные средства и методы психологической подготовки.

Тема №14. Правила судейства и проведение соревнований. Значение соревнований. Виды соревнований. Разбор и изучение правил соревнований. Главная судейская коллегия. Судейские бригады. Права и обязанности судей. Классификация сбавок. Технический регламент. Организация и проведение соревнований. Учет и оформление результатов соревнований. **Тема №15. Единая всероссийская спортивная классификация** Требования к спортивно-технической подготовке и условия выполнения спортивных разрядов

5.3. Методические указания методические указания по организации промежуточной (по итогам каждого года обучения) и итоговой аттестации обучающихся (по итогам завершения освоения образовательной программы в полном объеме в соответствии с учебным планом).

Промежуточная аттестация проводится ежегодно в конце учебного года (апрель-май), для приема контрольных нормативов создается аттестационная комиссия из представителей администрации, методиста и старшего тренера преподавателя отделения, утверждается план проведения промежуточной аттестации.

Целями и задачами проведения промежуточной аттестации обучающихся является: •Возможность выбора обучающимися спортивной направленности.

•Привитие стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом.

•Перевод обучающихся на следующий период реализации Программы при выполнении требований промежуточной аттестации обучающихся

•Определение уровня физической и технической подготовленности обучающихся. •Определение уровня подготовленности обучающегося. Практическая часть аттестации проводится в виде сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП, СФП и технической подготовки. Нормативы принимаются во время тренировочного занятия в соответствии с планом проведения аттестации. Темы для тестирования выбираются на основании учебных планов по теоретической подготовке. Обучающиеся, успешно выполнившие все требования, переводится на следующий год обучения. Обучающиеся, не выполнившие переводные требования, на следующий этап не переводятся, продолжают повторное обучение в группе этого же года (но не более 1 раза). При повторном невыполнении норм, такие обучающиеся переводятся в группу спортивно-оздоровительного этапа. Промежуточная аттестация обучающихся является обязательной для обучающихся на всех этапах обучения. К сдаче комплекса контрольных упражнений допускаются все обучающиеся. При проведении промежуточной и итоговой аттестации обучающихся необходимо создавать единые условия

выполнения упражнений для всех обучающихся. Обучающиеся, отсутствующие в период сдачи комплекса контрольных упражнений по каким-либо причинам, могут пройти промежуточную и итоговую аттестацию в другие отведенные сроки, согласно приказу директора ДЮСШ. Сдачу комплекса контрольных упражнений принимает комиссия, которая утверждается директором. Приемная комиссия принимает решение о положительной или отрицательной сдаче комплекса контрольных упражнений. Оценка, выставленная приемной комиссией, является незыблемой для всех педагогических работников. Итоги проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся оформляются протоколами и хранятся в учебной части. Освоение дополнительной предпрофессиональной программы завершается обязательной итоговой аттестацией.

Форма итоговой аттестации:

1. Сдача контрольных тестов по общей и специальной физической подготовке.
2. Спортивная квалификация обучающихся определяется Единой Всероссийской спортивной квалификации по виду спорта. По завершению сдачи итоговой аттестации обучающимся выдается свидетельство об окончании обучения по дополнительной предпрофессиональной программе по футболу.

6. Перечень информационного обеспечения

6.1. Список литературы

Нормативные документы

- Федерального закона Российской Федерации от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.12 часть 5);
- Федерального закона Российской Федерации от 04.12.2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказа Министерства спорта Российской Федерации от 19.01.2018 года №34 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ министерства спорта Российской Федерации от 15.11.2018 № 939 "Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам".
- приказа Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 года №731 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта».

Методическая литература

1. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие. 2008г.
2. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов. 2006г.
3. Кузнецов А.А. Футбол настольная книга тренера. 2011г.
4. Петухов А.А. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Проблемы и пути решения. 2006г.
5. Монаков Г.В. Подготовка футболистов. Теория и практика. 2007г.
6. Золотарев А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе. 1997г.
7. Футбол: учебник под ред. М.С.Полишкиса, В.А.Выжгина. 1999г.
8. Футбол: поурочная программа для учебно-тренировочных групп спортивного совершенствования ДЮСШ И СДЮШОР под общ. ред. С.Н.Андреева, М.С.Полишкиса, Н.М.Люкшинова, В.Н.Шамардина. 1986г.
9. Футбол: учебная программа под общ. ред. В.П. Губа, П.В.Квашука, В.В. Краснощёкова, П.Ф.Ежова, В.А.Блинова. 2010г.
10. Футбол: поурочная программа для юных футболистов СДЮШОР и ДЮСШ под общ. ред. И.А.Швыкова, А.А.Сучилина, С.Н.Андреева, Ю.Ф.Буйлина, А.И.Исмоилова, О.Б.Лапшина.
11. Андреев С.Н. футбол в школе. 1986г.
12. Футбол: типовая учебно-тренировочная спортивной подготовки программа для ДЮСШ и СДЮШОР под общ. ред. М.А.Годика, Г.Л.Борознова, Н.В.Котенко, В.Н.Малышева, Н.А.Кулина, С.А.Российского, О.Б.Лапшина, А.А.Шамардина. 2011г.
13. Ю.А.Шулик, Я.К.Коблев, Ю.М.Схаляхо, Ю.В.Подорув «Дзюдо для начинающих» учебное пособие. 2006г.
14. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. 2010г.

15. Шамардин А.И. Функциональная подготовка футболистов. 2000г.
16. Юный футболист: учебное пособие для тренеров под общей редакцией. А.П.Лаптева, А.А.Сучилина. 1983г.
17. Симаков, В. И. Игра в "стенку" / В.И. Симаков. - М.: Советская Россия, 2015. - 255 с.
18. Чирва, Б. Г. Футбол. Тренировка "техники игровых эпизодов", начинающих после остановки игры: моногр. / Б.Г. Чирва. - М.: Дивизион, 2015. - 200 с.

6.2. Интернет ресурсы:

1. Министерство спорта РФ www.minsport.gov.ru
2. Министерство образования и науки РФ <http://минобрнауки.рф/>
3. Министерство спорта, туризма и молодежной политики - www.minstm.gov.ru
4. Официальный сайт Федерации прыжков на батуте России - www.trampoline.ru/
5. Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма - www.sportedu.ru/
6. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта - www.lesgaft.spb.ru
7. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту - <http://lib.sportedu.ru/>.
8. Система ГАРАНТ: <http://base.garant.ru/70608810/40/#ixzz3E1rsBXKY>

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа имени А.В. Игнатьева «Улап»
Яльчикского района Чувашской Республики»**

ПРИНЯТО

решением педагогического совета

МАУ ДО «ДЮСШ им. А.В. Игнатьева «Улап»

протокол № 1 от 04.08 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора МАУ ДО

«ДЮСШ им. А.В. Игнатьева «Улап»
от 04.08 2020 г. № 1


Р.Н. Григорьев
«04» 08 2020 г.

**Дополнительная
предпрофессиональная программа
в области физической культуры и спорта
по МИНИ-ФУТБОЛУ**

Срок реализации: 9 лет

Возраст обучающихся: от 7 до 17 лет

Разработчики:
тренера-преподаватели
Григорьев Р.Н.
Кудряшов В.В.

с. Яльчики, 2020 г.