

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Волоконовская средняя общеобразовательная школа №2  
имени Героя Советского Союза генерал-майора И.С. Лазаренко  
Волоконовского района Белгородской области»

«Рассмотрено»  
На педагогическом  
Совете.

Протокол № 01  
от «30» августа 2022г.



«Утверждаю»

Директор МБОУ  
«Волоконовская  
СОШ №2»

Б.Н.Лаврченко

Приказ № 309  
от «30» августа 2022г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«Футбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная  
Возраст детей: 7-8лет

Срок реализации: 1 год

Автор: Показанников А.А.,  
педагог дополнительного образования

п. Волоконовка 2022г.

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» разработана на основе программы внеурочной деятельности учащихся Футбол: пособие для учащихся для учителей и методистов, авторы: Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов – М: Просвещение 2011(Работаем по новым стандартам).

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «Футбол» - физкультурно-спортивная.

В авторскую программу внесены изменения. Для более углублённого изучения материала в содержание дополнительной общеразвивающей программы «Футбол» введен новый раздел «Теоретическая подготовка».

### Цели и задачи

**Цель программы** - обеспечить всестороннюю физическую подготовку ребёнка, отбор спортивно одарённых детей для подготовки футболистов высокого класса, привитие ценностей здорового образа жизни

### Задачи программы:

- **Обучающие:**
  - ✓ Изучение теоретических сведений о футболе;
  - ✓ Ознакомление с технико-тактическими действиями и правилами игры в футбол.
- **Развивающие:**
  - ✓ Овладеть техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре;
  - ✓ Развитие мотивации юного футболиста к познанию и творчеству
  - ✓ Развитие устойчивого интереса к занятиям футболом
  - ✓ Выявление способностей и одарённости занимающихся;
- **Воспитательные:**
  - ✓ Мотивация на здоровый образ жизни;
  - ✓ Воспитание волевых и моральных качеств;
  - ✓ Воспитание стойкого положительного отношения к физической культуре в целом

### Возраст учащихся

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеразвивающей программы 7-8 лет

### Сроки реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения

Общее количество часов: 204 часа.

Из расчёта:

- 6 часов в неделю.

### Планируемые результаты

**Учащиеся должны знать и иметь представление:**

- об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;
- основы судейства игры мини-футбол.

**Учащиеся должны уметь:**

- выполнять физические упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами мини-футбола;
- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы:** тестирование, соревнования.

## 2. Учебно-тематический план

### 1 год обучения

№ п/п	Название раздела и темы	Количество часов по каждой теме	Теоретические виды занятий	Практические виды занятий
1	Теоретическая подготовка	6	6	-
2	Общая физическая подготовка	34	3	31
3	Специальная физическая подготовка	38	1	37
4	Техническая подготовка	46	3	43
5	Тактическая подготовка	30	3	27
6	Учебно-тренировочная игра	50	-	50
	<b>Итого:</b>	<b>204</b>	<b>16</b>	<b>188</b>

## 3. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Футбол»

### Раздел 1. Теоретическая подготовка (6час.)

#### Тема 1. Физическая культура и спорт в России.

Спорт в России. Массовый народный характер спорта. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по футболу. Международные связи Российских спортсменов. Олимпийские игры. Российские спортсмены на Олимпийских играх.

## **Тема 2. Развитие футбола в России и за рубежом.**

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: Чемпионаты и Кубки России. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие Российские команды, тренеры, игроки.

## **Тема 3. Сведения о строении и функциях организма человека.**

Опорно-двигательный аппарат. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние физических упражнений на организм ребёнка. Влияние физических упражнений на дыхательную систему, кровообращение, укрепление здоровья. Развитие физических способностей и достижение высоких спортивных результатов.

## **Тема 4. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим дня и питание спортсмена. Гигиена.**

Личная гигиена, уход за кожей головы, тела, ног. Гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна. Режим дня и гигиена юного футболиста. Закаливание, роль закаливания для повышения работоспособности организма. Использование естественных сил природы (солнце, воздух и вода) для закаливания.

## **Тема 5. Врачебный контроль и самоконтроль.**

Оказание первой медицинской помощи. Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, рост, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, настроение, работоспособность.

## **Раздел 2. Общая физическая подготовка (34час.)**

### **Двигательные действия без мяча.**

#### **Упражнения для развития силы:**

- Силы мышц рук
- Силы мышц ног
- Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)
- Развитие силовой выносливости

#### **Упражнения для развития быстроты:**

- ОРУ для развития быстроты
- Упражнения для разгибателей туловища
- Упражнения для разгибателей ног
- Упражнения общего воздействия

#### **Упражнения для развития гибкости:**

- Динамические активные упражнения
- Динамические пассивные упражнения
- Статические упражнения
- Гибкости плечевого сустава
- Гибкости спины
- Гибкости ног (тазобедренный, коленный, голеностопный суставы)

#### **Беговые упражнения:**

- Ходьба с переходом на бег по прямой
- Бег переходом на ходьбу и вновь на бег

- Медленный бег с переходом на бег с ускорением 7-10м по звуковому или зрительному сигналу
- Скоростные рывки 10-15 м из различных положений
- Бег с изменением направления или собеганием поворотных стоек, кеглей, конусов. Бег (30,60,100,400,500, 800м)

### **Прыжки.**

#### **Упражнения:**

- Прыжки на одной или двух ногах с продвижением вперёд
- Многократные прыжки с ноги на ногу с продвижением вперёд
- Многократные прыжки с ноги на ногу в чередовании с прыжками на двух ногах на месте.
- Прыжки на двух ногах с поворотом в разные стороны на 90, 180,360.
- Прыжки с доставанием головой высоко подвышенного предмета:
- С места толчком двух ног
- С разбега толчком одной и двух ног

#### **Остановка: Прекращение действия(движения)**

#### **Упражнения:**

- Остановка выпадом после медленного бега (по сигналу).
- Остановка выпадом после бега с ускорением и рывков.
- Остановка выпадом после бега приставным шагом
- Медленный бег, поворот на 90(180) и остановка выпадом

**Повороты:** изменение направления пути движения футболиста в процессе игровой деятельности.

#### **Упражнения:**

- Бег в среднем темпе, по зрительному или звуковому сигналу, поворот на 90,180,360 и скоростной рывок 5-7м
- Бег приставным или скрестным шагом, по зрительному или звуковому сигналу изменение направления или способа передвижения.

## **Раздел 3.Специальная физическая подготовка (38час.)**

#### **Упражнения:**

1)Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений (упор присев, упор лёжа, стоя спиной в направлении бега. 2)Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков (резких ускорений) на 5-10 м по зрительному и звуковому сигналу. 3)В ходьбе по кругу - на неожиданный короткий сигнал учителя (хлопок в ладоши, свисток) выполнить прыжок вверх или в сторону, приседание, выпад, изменить направление движения на 180° или 360°. 4)Подвижные игры с быстрым реагированием на внезапные сигналы, команды, двигательные действия: «Вызов номеров», «Поймай палку», «Поймай мяч» и др.

**Сложная двигательная реакция.** Реакции на движущийся объект (мяч, перемещение игрока своей команды или команды соперника и т. д.) и реакции выбора.

#### **Упражнения:**

1) В парах. Один из партнёров движется вперёд, выполняя различные двигательные действия: бег с ускорением, повороты, торможения, финты, остановки. Задача второго - как можно быстрее реагировать и повторять его движения. Упражнение может выполняться без мяча и с ведением мяча. 2) В парах. Встречные неточные передачи мяча с перемещением игроков вправо и влево. 3) Подвижные игры с реагированием на движущийся объект или предмет «Салки», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Перехвати мяч», «В одно касание» и др.

Беговые упражнения для развития стартовой скорости длительностью до 3 с (отрезки 5 - 20 м).

#### **Упражнения:**

- 1) По сигналу бег на 5, 10, 15, 20 м с высокого старта на выигрыш («Кто быстрее»). 2) Бег с ходу (т. е. с предварительного разгона 8-10 м) с максимальной скоростью на 10-20 м. 3) Бег в медленном темпе с выполнением мощных, коротких скоростных рывков на 10-15 м по сигналу или от расположенных на дистанции ориентиров. 4) По сигналу наклонить туловище в одну сторону и выполнить скоростной рывок в другую. 5) В тройках.

#### **Скоростная выносливость.**

##### **Упражнения:**

- 1) Повторный бег с максимальной скоростью 8х30 - 50 м при небольшом интервале отдыха между повторениями (15 - 20 с). 2) Повторный бег на отрезках 150 - 200 м с постепенно укорачивающимися интервалами отдыха. 3) Переменный бег с многократным переходом с медленного бега 30 - 40 м на бег с ускорением 40 - 50 м и наоборот. 4) Переменный бег со скоростными отрезками не менее 150 м, пробегаемыми с околопредельной скоростью. 5) Челночный бег 7х20 м, 5х30 м.

#### **Быстрота торможения.**

##### **Упражнения:**

- 1) Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу. 2) Скоростные рывки от одного ориентира до другого с быстрой остановкой у каждого. 3) Бег с внезапными остановками и изменением направления движения (без мяча, с ведением мяча).

#### **Скоростно-силовые способности.**

##### **Упражнения:**

- 1) Бег в горку (крутизной 60°) 10 - 15 м с максимальной скоростью.
- 2) Прыжки на одной ноге 20 м в быстром темпе с фиксацией времени.
- 3) Прыжки на одной и на двух ногах через вертикальные препятствия (гимнастические скамейки, барьеры) с продвижением вперёд.
- 4) Прыжки на одной и двух ногах с набивным мячом массой 3 кг в руках.
- 5) Прыжки со скакалкой в максимальном темпе (10-15 с).
- 6) Прыжки с разбега с отталкиванием одной и двумя ногами с доставанием головой высоко подвешенного мяча.

#### **Силовая выносливость.**

##### **Упражнения:**

- 1) Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (до предела). 2) Поднимание туловища из положения лёжа на спине в течение 20 - 30 с. 3) В

положении сед углом «написать» ногами как можно больше цифр, начиная с числа 1. 4) Многократное поднимание прямых ног в висе на перекладине или гимнастической стенке. 5) Многократное приседание со штангой на плечах, масса которой равна 20 - 50% от максимальных силовых возможностей занимающегося.

### **Ориентирование в пространстве.**

#### **Упражнения:**

- 1) Бег по лабиринту.
- 2) Бег лицом вперёд - поворот на 180° - бег спиной вперёд - поворот на 180° - бег лицом вперёд и т. д.
- 3) Бег спиной вперёд с поворотами на 180° и 360°.
- 4) Бег «змейкой» спиной вперёд с обеганием поворотных стоек (набивных мячей, кеглей, гимнастических булав и т. п.).
- 5) Броски мяча из-за головы передвигающемуся с различной скоростью (в различном направлении) партнёру.

### **Перестраивание двигательных действий.**

#### **Упражнения:**

- 1) Челночное перемещение 5x5 м (7,5x7,5 м) на максимальной скорости: от линии старта - бег лицом вперёд; от противоположной линии - бег спиной вперёд.
- 2) Челночное перемещение 6 - 8 раз от одной штанги ворот до другой, касаясь их поочерёдно одной рукой. И. п. - стоя в центре ворот.
- 3) Быстрые перемещения приставными шагами (влево, вправо, вперёд, назад) с переходом в стартовый рывок по зрительному или звуковому сигналу.
- 4) Бег лицом вперёд - поворот на 180° - кувырок вперёд - бег спиной вперёд.
- 5) Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу.

### **Выносливость.**

#### **Упражнения:**

- 1) Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности (примерно 50% от максимальной скорости) с постепенным увеличением его продолжительности (с 10 до 25 - 30 мин. при ЧСС 130 - 160 уд./мин).
- 2) Бег в равномерном темпе (от 20 до 40 мин при ЧСС 130 - 170 уд./мин), чередуемый с ускорениями на отрезках произвольной длины (т. е. бег с переменной скоростью).
- 3) Бег по пересечённой местности (кросс) 2000 - 5000 м при ЧСС 140 - 160 уд./мин.
- 4) Повторный бег с интенсивностью 80 - 90% на отрезках от 600 до 2000 м.
- 5) Переменный бег с варьированием скоростей от 30 - 50 до 90% максимума в течение 20 - 25 мин.

## **Раздел 4. Техническая подготовка (46час.)**

### **УДАР ПО КАТЯЩЕМУСЯ МЯЧУ ВНУТРЕННЕЙ ЧАСТЬЮ ПОДЪЁМА**

#### **Упражнения:**

- Имитация ударного движения на месте и после разбега.
- Удар по неподвижному мячу с места.
- Удар по неподвижному мячу в руки партнёру, находящемуся на расстоянии 12-15 м.
- Удар по катящемуся мячу с места, который накатывает партнёр с расстояния 10-12 м.

- Удары по неподвижному и катящемуся мячу на точность попадания в ворота.

## **УДАР ПО КАТЯЩЕМУСЯ МЯЧУ ВНЕШНЕЙ СТОРОНОЙ ПОДЪЁМА**

### **Упражнения:**

- Имитация ударного движения внешней стороной подъёма на месте и после разбега.
- Удар внешней стороной подъёма по неподвижному мячу с места.
- Удар внешней стороной подъёма перед стенкой. Игрок, находясь в 10-15м от неё, выполняет удар по неподвижному мячу, а затем с ходу посылает обратно отскочивший от стенки мяч.
- Удар по катящемуся мячу с небольшого разбега.

## **УДАР ПО НЕПОДВИЖНОМУ МЯЧУ ВНЕШНЕЙ ЧАСТЬЮ ПОДЪЁМА**

### **Упражнения:**

- Имитация ударного движения на месте и после разбега.
- Удар по неподвижному мячу с места.
- Удар по неподвижному мячу с шага прыжком.
- Удар по неподвижному мячу с небольшого разбега.

## **Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма**

### **Упражнения:**

- Ведение мяча по прямой линии в ходьбе и медленном беге
- Ведение мяча по кругу диаметром 3-4м, правой ногой влево, левой ногой вправо
- Ведение мяча змейкой, огибая с правой и с левой стороны поворотные стойки, расположенные на расстоянии 2-3м друг от друга
- Ведение мяча, поочередно обводя поворотные стойки справа или слева по кругу
- Ведение мяча по восьмёрке

## **ВЕДЕНИЕ МЯЧА С ПАССИВНЫМ СОПРОТИВЛЕНИЕМ ЗАЩИТНИКА**

### **Упражнения:**

- В парах. Ведение мяча правой ногой, партнёр бежит слева, изображая соперника, и преследует игрока, не отставая от него.
- В парах. Ведение мяча левой ногой, партнёр бежит справа, изображая соперника.
- В парах. Партнёр бежит то слева, то справа от игрока, ведущего мяч, изображая соперника.
- Подвижные игры и эстафеты с ведением мяча.

## **ОТБОР МЯЧА ПЕРЕХВАТОМ**

### **Упражнения:**

- В парах. Один из игроков наносит удар в стенку с расстояния 6 -7 м. Партнёр, заняв позицию в 2 м сзади и немного сбоку, после отскока от стенки делает рывок и стремится перехватить мяч.
- Подвижные игры «Вызов номеров», «Не давай мяч водящему», «Ловец и перехватчик».

### **УДАР ПО ЛЕТЯЩЕМУ МЯЧУ СЕРЕДИНОЙ ЛБА БЕЗ ПРЫЖКА**

#### **Упражнения:**

- Имитация удара по мячу серединой лба.
- Жонглирование мячом ударами головой (серединой лба) на месте и в движении.
- В парах. Игрок набрасывает мяч партнёру, а тот ударом по летящему мячу серединой лба возвращает мяч назад в руки. То же, но в стойке на коленях и падением вперед с опорой на руки.
- Передачи мяча серединой лба во встречных колоннах. После передачи игрок становится в конец своей колонны.
- Соревновательно-игровое упражнение в жонглировании мяча головой «Кто дольше удержит мяч в воздухе».

### **Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы**

#### **Упражнения:**

- Имитация остановки катящегося мяча
- Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы после передачи партнёра
- С 5-6м направить мяч низом в стенку и остановить его после отскока
- Встречная эстафета с остановкой и передачей мяча на 8-10м

### **ВБРАСЫВАНИЕ МЯЧА ИЗ-ЗА БОКОВОЙ ЛИНИИ С МЕСТА И С ШАГОМ**

#### **Упражнения:**

- В парах. Броски набивного мяча 2 -3 кг двумя руками из-за головы: с места, с одного - трёх шагов разбега.
- Броски футбольного мяча из-за головы на точность: в круг, в коридор, в подвижную цель (двигающегося игрока).
- Броски набивного и футбольного мяча из-за головы на дальность. Упражнение проводится в виде соревнования с соблюдением техники броска.
- В парах. Игрок перемещается параллельно боковой линии поля, партнёр вбрасывает ему мяч по направлению его движения.
- Подвижная игра «Охотники и утки» с броском мяча двумя руками из-за головы.

### **ЛОВЛЯ МЯЧА, ЛЕТЯЩЕГО НАВСТРЕЧУ (ИГРА ВРАТАРЯ)**

## **Упражнения:**

- Имитация ловли мяча, летящего на уровне живота.
- Подбрасывание мяча вверх на 30-40 см и ловля его с последующим подтягиванием к груди.
- В парах. Ловит мячи, набрасываемые партнёром: на уровне живота, на уровне груди, на уровне и несколько выше головы.
- Поднимая мяч над головой. По сигналу сгибают руки в локтевых суставах и притягивают мяч к груди.
- Подбрасывая мяч выше головы, ловят его и подтягивают мяч к груди

## **ЛОВЛЯ МЯЧА СВЕРХУ В ПРЫЖКЕ (ИГРА ВРАТАРЯ)**

### **Упражнения:**

- Имитация ловли мяча двумя руками сверху в прыжке.
- Игрок подбрасывает мяч выше головы и ловит его сверху в прыжке.
- В парах. Игрок ловит мячи сверху в прыжке, набрасываемые партнёром на 5-6 м выше головы.

## **Обманные движения.**

### **Упражнения:**

- Бег в сочетании с внезапными остановками и рывками произвольно и по сигналу.
- Во время бега по сигналу или в определённом месте (например, около поворотной стойки) игрок выполняет выпад в одну сторону, а затем делает рывок в другую.
- Ведение мяча вокруг стоек или пассивно играющих партнеров с имитацией обманных движений.
- Ведение мяча, имитация удара («ложный замах» бьющей ногой), продолжение ведения мяча.
- Игрок ведёт мяч, посылает его мимо стойки или пассивно играющего партнёра с одной стороны, а сам обегает его с другой стороны и продолжает ведение мяча в нужном ему направлении.

## **Раздел 5. Тактическая подготовка (30час.)**

### **Упражнения:**

- Техника передвижений;
- Удары по мячу ногой;
- Удары по мячу головой;
- Остановка мяча;
- Ведение мяча;
- Обманные движения (финты);
- Отбор мяча;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии;
- Техника игры вратаря;
- ✓ Тактика нападения:

- Индивидуальные действия без мяча;
- Индивидуальные действия с мячом;
- Групповые действия;
  - ✓ Тактика защиты:
- Индивидуальные действия;
- Групповые действия;
- Тактика вратаря;
- Ведение учебных игр по избранной тактической системе.

## Раздел 6. Учебно-тренировочная игра (50час.)

Игра по упрощенным правилам футбола. Игра по правилам.

### 4. Список литературы.

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя - М.: Просвещение. 2014г- 144с.
2. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов - М.: ТОО «Валери» 2018г - 8 с.
3. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Анализ игр кубка мира 1998г - Метод, разработ. - М.: РГАФК, 2019г – 55с.
4. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Аналитические закономерности взятия ворот. Научно-методическое издание. Выпуск 14 - М.: РГАФК, 2017г - 31с.
5. Голомазов С.В. Футбол: Тренировка специальной работоспособности футболистов. - М., 2019г - 87с.
6. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Теория и методика футбола. Техника игры - М.: «СпортАдемПресс», 2021г - 472с.
7. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: М.,2009 - 26с.
8. Гуревич И.А., 1500 упражнений для моделирования круговой тренировки - М.: Высшая школа, 2018 г - 255с.
9. Джанузакв К.Ч. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса футболистов 16-17 лет на основе педагогического контроля: М., 2018г - 23с.
10. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера II этап(11-12 лет)- М.: Олимпия. Человек, 2017г.

### МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
<b>Футбол</b>			
1	Комплект ворот с сеткой	г	
2	Мячи футбольные для мини-игры	к	
3	Сетка для переноса и хранения мячей	г	

<b>Спортивные залы (кабинеты)</b>			
4	Спортивный	г	С раздевалками для мальчиков и девочек
5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	г	Включает в себя стеллажи, контейнеры
<b>Пришкольный стадион (площадка)</b>			
7	Площадка игровая футбольная	г	

## **Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Футбол» 2 классы**

### **1. Место дополнительной общеразвивающей программы «Футбол» в структуре образовательной программы дополнительного образования.**

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана на основе программы внеурочной деятельности учащихся Футбол: пособие для учащихся для учителей и методистов, авторы: Г.А.Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов - М: Просвещение 2011(Работаем по новым стандартам).

### **2. Цель программы.**

Обеспечить всестороннюю физическую подготовку ребёнка, отбор спортивно одарённых детей для подготовки футболистов высокого класса, привитие ценностей здорового образа жизни.

### **3. Содержание программы.**

Теоретическая подготовка. Общая физическая подготовка. Специальная физическая подготовка. Техническая подготовка. Тактическая подготовка. Учебно-тренировочная игра.

### **4. Основные образовательные технологии.**

В процессе занятий детского объединения используются технологии обучения:

- игровая технология;
- здоровьесберегающие технологии;
- информационные технологии.

### **5. Требования к результатам освоения программы**

**В результате изучения программы ученик должен знать/ понимать:**

*Учащиеся должны знать и иметь представление:*

- 1) об особенностях зарождения, истории футбола;
- 2) о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;
- 4) основы судейства игры футбол.

*Учащиеся должны уметь:*

- 1) выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- 2) владеть тактико-техническими приемами футбола;
- 3) уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;
- 4) организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в

**6. Общая трудоемкость.**

Занятия проводятся 6 раз в неделю по 45 мин., количество часов в год - 204.

**7. Формы подведения итогов реализации программы.**

Формами подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы «Футбол» являются: тестирование, соревнования.

**8. Составитель.**

Показанников Андрей Александрович, педагог дополнительного образования МБОУ «Волоконовская СОШ №2»