

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Республики Крым «Детский оздоровительный центр «ФОРТУНА»
(ГБУ ДО РК ДОЦ «Фортуна»)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ ДО РК ДОЦ «Фортуна»
от «10» апреля 2026 г.
Протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ГБУ ДО РК ДОЦ «Фортуна»

Р.А. Халитов

«10» апреля 2026 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Кожаный мяч»

Направленность: физкультурно-спортивное

Срок реализации программы: 9 часов

Вид программы: модифицированная

Уровень: стартовый

Возраст обучающихся: 13 - 17 лет

Составитель: методист – Чернышова Ю.В.

методист - Рослая Г.К.

г. Евпатория, 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Воспитательный потенциал программы.....	7
1.4. Содержание программы.....	7
1.4.1. Учебный план.....	7
1.4.2. Содержание учебного плана	8
1.5. Планируемые результаты.....	9
Раздел № 2. Комплекс организационно – педагогических условий	10
2.1. Календарный учебный график.....	10
2.2. Условия реализации программы.....	10
2.3. Формы аттестации/контроля.....	11
2.4. Список литературы.....	12
Раздел № 3. Приложения.....	13
3.1. Оценочные материалы.....	13
3.2. Методические материалы.....	14
3.3. Календарно-тематическое планирование.....	15
3.4. Лист корректировки	16

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Кожаный мяч» составлена в соответствии с нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам:

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);

- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);

- Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);

- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей» (в действующей редакции);

- Указ Президента РФ от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» (в действующей редакции);

- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р (ред. от 01.07.2025) «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р» (вместе с «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года») (в действующей редакции);

- Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р (ред. От 08.05.2025) «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года» (в действующей редакции);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (в действующей редакции);

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства экономического развития Российской Федерации от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых, организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий».

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 21 октября 2019 г. №570 «Об утверждении общих принципов формирования и ведения организаций отдыха детей и их оздоровления, а также типового реестра организаций отдыха детей и их оздоровления»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23 августа 2018 г. №6 «Об утверждении примерной формы договора об организации отдыха и оздоровления ребенка»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 13 июля 2017 г. № 656 «Об утверждении примерных положений об организациях отдыха детей и их оздоровления»;

- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);

- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Закон Республики Крым от 06 июля 2015 года № 131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым» (в действующей редакции);

- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11 августа 2022 года № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

- Приказ Республики Крым Министерства образования, науки и молодёжи от 03.09.2021 № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

- Приказ Министерства образования, науки и молодёжи Республики Крым от 09 декабря 2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

- Устав Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Республики Крым «Детский оздоровительный центр «Фортуна» (новая редакция), согласован Министерством имущественных отношений Республики Крым от 14.12.2016, Утвержден Приказом Министерства образования науки и

молодежи Республики Крым от 13.12.2016 № 4006;

- Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах, реализуемых в государственном бюджетном учреждении дополнительного образования Республики Крым «Детский оздоровительный центр «Фортуна» от 20.08.2023г.

Направленность программы

ДОП «Кожаный мяч» имеет физкультурно-спортивную направленность, основным ориентиром программы является физическое развитие, укрепление здоровья обучающихся посредством футбола.

Актуальность программы

В настоящее время футбол – самый популярный и массовый вид спорта в мире. Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья подрастающего поколения.

В результате занятий футболом укрепляется опорно-двигательный аппарат, укрепляются мышцы, улучшается работа кровеносной и дыхательной систем. Развивается ловкость, координация, быстрота реакции, игровое мышление, повышаются скоростно-силовые характеристики и выносливость, укрепляются морально-волевые качества игрока. Постоянно растущие требования нацеливают тренеров-преподавателей на поиск новых форм организации занятий, на использование дополнительных резервов для качественного подъёма результатов своей работы. Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков игры, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Новизна программы заключается в том, что в ней введен раздел «Техническая и тактическая подготовка игры в футбол», благодаря чему введено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование технико-тактических приемов, что позволяет привлечь как можно больше учащихся к занятиям по футболу и привить им любовь к этому виду спорта. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено незаслуженно мало внимания.

Отличительной особенностью данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях сориентирует обучающихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам. В программе отражены основные принципы спортивной подготовки обучающихся.

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной,

теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам подготовки. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа подготовки, индивидуальных особенностей обучающихся, вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Педагогическая целесообразность

Предлагаемая программа построена так, чтобы дать детям ясные и глубокие знания, умения и навыки игры в футбол и показать систему взаимодействия физкультуры и спорта с жизнью. В ней подразумевается широкое привлечение жизненного опыта педагога-тренера, живых примеров из окружающего спортивного мира и современной реальности, что является важным условием успешного усвоения материала.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей 7–17 лет без специальной подготовки. Наполняемость групп не более 15 человек.

Объем и уровень освоения программы.

Объем ДОП «Кожаный мяч» – 9 академических часов. Уровень освоения программы – стартовый.

Формы обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в соответствии с учебным планом данной программы. ДОП реализуется посредством организации основного состава одновозрастных или разновозрастных групп с учётом их подготовки и способностей.

Группы формируются в начале смены на основе свободного выбора детей. Состав группы – постоянный или переменный. Набор в группы ведется по желанию обучающихся, построение образовательной деятельности на основе индивидуальных особенностей каждого обучающегося, при этом сам ребенок становится активным в выборе содержания своего образования, становится субъектом образовательной деятельности.

Осуществляется поддержка инициативы обучающихся в различных видах деятельности. В рамках программы допускается работа по индивидуальным образовательным маршрутам с одаренными детьми и детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Программа позволяет организовать обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение в порядке, установленном локальными нормативными актами ГБУ ДО РК ДОЦ «Фортуна».

Режим занятий

В течение смены проводится 9 занятий по 2 академических часа в соответствии с расписанием. Общий объем программы - 9 академических часов

При выборе форм и режима занятий учитывается возраст детей, распорядок дня в Центре, графики других обязательных занятий.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: развитие и формирование у обучающихся универсальных двигательных способностей, овладение техническими приёмами и тактическими действиями в спортивной игре футбол.

Задачи:

Обучающие:

ознакомить детей с историей развития футбола в России и в мире;

формировать знания о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

обучить официальным правилам организации и проведения соревнований по футболу, технике судейства игр в матчах;

обучить психической саморегуляции.

Развивающие:

развивать координационные и кондиционные способности;

развивать физические качества: силы, выносливости, быстроты, ловкости и гибкости; развивать самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность; развивать игровые, эмоциональные и творческие способности детей.

Воспитательные:

прививать навыки здорового образа жизни;

формировать общественную активность личности обучающегося; воспитывать культуру общения и поведения в коллективе, в команде;

воспитывать любовь к Родине и наследию предыдущих поколений и современников.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательная работа в рамках ДОП «Кожаный мяч» направлена не только на обеспечение физического развития личности обучающегося, укрепления его здоровья, но и на духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание.

Полифункциональный характер физкультурно-спортивной сферы образования ценен тем, что он обеспечивает развитие не только физических, но и эстетических, нравственных качеств обучающихся, способствует укреплению навыков внутренней организации, самодисциплины, коммуникативных качеств, профилактике заболеваний, физической и психоэмоциональной рекреации и реабилитации, обладает зрелищными свойствами, наполняющими жизнь подростков позитивным настроением.

Известно, что виды спорта, интегрирующие в себя различные способы двигательной активности и обладающие весомой зрелищной составляющей, представляют для детей и молодёжи повышенный интерес.

1.4. Содержание программы

1.4.1. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела (модуля)/темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
Инвариантная часть					
1.	Введение. История футбола	1	1		Тест
2.	Передвижения и остановки	1	1		Тренировочные упражнения
3.	Удары по мячу	1		1	Тренировочные упражнения
4.	Остановка мяча	1		1	Тренировочные упражнения
5.	Ведение мяча и обводка	1		1	Тренировочные упражнения
6.	Отбор мяча	1		1	Тренировочные упражнения
7.	Вбрасывание мяча	1		1	Тренировочные упражнения
8.	Игра вратаря	1		1	Тренировочные упражнения
9.	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещения по футбольному полю и владения мячом	1		1	Тренировочные упражнения
Итого:		9	2	7	

1.4.2. Содержание учебного плана Инвариантная часть

Тема 1. Введение. История футбола.

Теория. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Инструктаж по ТБ.

Тема 2. Передвижения и остановки.

Теория. Знакомство со способами передвижения по футбольному полю.

Передвижение

боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки).

Тема 3. Удары по мячу.

Практика. Выполнение различных ударов по футбольному мячу. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь.

Тема 4. Остановка мяча.

Практика. Выполнение различных элементов остановки футбольного мяча.

Тема 5. Ведение мяча и обводка.

Практика. Выполнение различных элементов ведения и обводки футбольного мяча.

Тема 6. Отбор мяча.

Практика. Выполнение различных элементов выбивания мяча ударом ногой. Отбор

мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате.

Тема 7. Вбрасывание мяча.

Практика. Выполнение различных элементов вбрасывания мяча из-за боковой линии с места и с шагом.

Тема 8. Игра вратаря.

Практика. Выполнение различных элементов ловли катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении.

Тема 9. Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений по футбольному полю и владение мячом.

Практика. Выполнение различных элементов передвижения по футбольному полю. Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.

1.5. Планируемые результаты программы

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в результате освоения программы:

обучающиеся будут знать:

традиции, терминологию, историю футбола; теорию выполнения техник и тактик футбола; методику проведения занятий;

правила проведения соревнований. **Обучающиеся будут уметь:**

осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, самоконтроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;

выполнять базовую тактику футбола.

Предметные результаты:

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

оценивать свой режим дня с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия; знать технику безопасности на занятиях и соревнованиях.

Метапредметные результаты:

понимать цель выполняемых действий;

понимать важность систематичности тренировочного процесса; анализировать и оценивать результаты собственной тренировки, развивать выносливость, силу, ловкость, координацию движений.

Личностные результаты:

выбирать индивидуальную траекторию физического развития, профессионального самоопределения в области физической культуры и спорта, в частности, вовлечение в систему систематических занятий по футболу;

демонстрировать технику и тактику двигательных действий.

Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

2.1. Календарный учебный график

Год обучения (уровень)	Дата		Количество учебных			Режим занятий
			недель	часов		
	начала занятий	окончания занятий		в неделю	в смену	
Группа № __л ____ смена (стартовый)	2-ой день лагерной смены	20 день лагерной смены	3	3	9 часов	3 раза по 1 часу (45 мин.)

2.2. Условия реализации программы

Образовательный процесс по Программе осуществляется в очной форме на территории ГБУ ДО РК ДОЦ «Фортуна» в течение каждой лагерной смены во время оздоровительной кампании, с детьми, находящимися на летнем отдыхе в учреждении.

Кадровое обеспечение программы

Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования ГБУ ДО РК ДОЦ «Фортуна», имеющим среднее профессиональное, высшее образование, в соответствии с профессиональным стандартом «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Материально-техническое обеспечение программы

Помещение: спортзал.

Технические средства обучения: мультимедийное оборудование (компьютер, проектор, экран);

футбольная площадка; ворота футбольные;

комплект навесного оборудования (перекладина, скамейка для пресса); мячи: малый мяч (футзал), футбольные;

мат гимнастический; кегли;

обручи.

Спортивная обувь и одежда.

Методическое обеспечение программы

Приемы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятия): беседа, устное интерактивное общение, демонстрация упражнений, освоение базовых элементов.

Организация занятий, выбор форм, средств и методов обучения осуществляется с учетом особенностей физического развития и состояния здоровья детей. Тренировочные занятия проводятся строго в соответствии с возрастными данными детей. Форма проведения тренировок и соревнований подбирается исходя из психомоторного состояния занимающихся, их готовности к физическим и психологическим нагрузкам с обязательным сохранением интереса к игре и наличием положительного психологического фона, способствующего повышению привлекательности игры в футбол.

Во время проведения занятий используются следующие **формы организации образовательного процесса:**

индивидуально-групповая; групповая.

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, игра, соревнование и др.

Педагогические технологии

Взаимодействие педагога и обучающихся на занятиях ориентировано на сотрудничество. Для этого педагог для реализации программы применяет следующие технологии: личностно-ориентированные технологии; технология развивающего обучения; технология индивидуализации обучения; технология группового обучения; технология разноуровневого обучения; здоровьесберегающие технологии; технология игровой деятельности; коммуникативная технология обучения.

Алгоритм учебного занятия включает в себя следующие этапы:

Организационно-подготовительный этап: подготовка педагога и обучающихся к занятию, подготовка спортзала приветствие, создание благоприятного микроклимата с настроением обучающихся на учебную деятельность, активизация внимания, диагностика усвоенных на предыдущем занятии знаний, сообщение темы и цели занятия. Определение уровня внимания, активности, восприятия, настроения обучающихся на предстоящее занятие.

Основной этап: обеспечение восприятия обучающимися нового материала, формирование у них системного, целостного представления о теоретических знаниях по теме. Максимальная активизация познавательной деятельности обучающихся на основе теоретического материала, введение практических заданий, развивающих определённые умения обучающихся; самостоятельное выполнение обучающимися заданий. Результат деятельности этапа: усвоение обучающимися нового материала и первоначальное развитие практических умений и навыков.

Окончание занятия - итоговый этап: анализ и оценка достижения цели занятия, уровня усвоения обучающимися теоретических и практических знаний, умений и навыков; самооценка собственной деятельности, оценка сотрудничества; объяснение логики следующего занятия. Рефлексия, подведение итогов занятия, методы поощрения обучающихся.

2.3 Формы аттестации

Формы проведения аттестации: тест, тренировочные упражнения, итоговое тестирование двигательных навыков.

Форма отслеживания и фиксации образовательных результатов: фото с мероприятия, грамота, диплом, информационное сообщение.

Форма предъявления и демонстрации образовательных результатов: участие значимых событиях смены, соревнованиях.

Формы контроля:

Входной контроль проводится при наборе, изучаются интерес и отношение ребенка к выбранной деятельности, его личностные качества. Входной контроль проводится в форме беседы с обучающимся, а также анализа выполнения практических заданий.

Текущий контроль проводится в течение смены на каждом занятии в форме наблюдения. Педагог определяет степень усвоения обучающимися учебного материала, выявляет обучающихся, отстающих или опережающих обучение, это

позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе с целью определения усвоения знаний, умений и навыков.

Формы проведения контроля

Проверка выполнения программы обучающимися осуществляется в форме входного, текущего и итогового контроля (тест, тренировочные упражнения, итоговое тестирование двигательных навыков).

2.4. Список литературы

1. Антипов, А. В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе : научно-методическое пособие / А. В. Антипов, В. П. Губа, С. Ю. Тюленьков. – Москва : Советский спорт, 2008. – 150 с. : ил., табл.; 22 см. – ISBN 978-5-9718-0278-5. – Текст : непосредственный.

2. Баландин, Г. А. Урок физкультуры в современной школе : учебное пособие / Г. А. Баландин, 2004. – Вологда : ПФ Полиграфист. – 71 с. : ил., табл. – ISBN 5-85009-890-9. – Текст : непосредственный.

3. Голомазов, С. В. Методика тренировки техники игры головой : учебное пособие / С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. – Москва : СпортАкадемПресс, 2001. – 79 с. : ил.; 20 см. – Библиотека журнала Теория и практика футбола. – ISBN 5-8134-0031-1. – Текст : непосредственный.

4. Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол : пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. – Москва : Просвещение, 2011. – 93, [2] с. : ил.; 22 см. – ISBN 978-5-09-018772-5. – Текст : непосредственный.

5. Погодnev, Г. И. Настольная книга учителя физической культуры : методическое пособие / Г. И. Погаднеv. – Москва : Физкультура и спорт, 1998. – 495 с. : ил.; 22 см. – ISBN 5-278-00634-х. – Текст : непосредственный.

Список литературы, рекомендованной обучающимся

1. Кузнецов, В. С. Физическая культура : упражнения и игры с мячами : методическое пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – Москва : НЦ ЭНАС, 2006. – 129, [2] с. : ил.; 22 см. – ISBN 5-93196-113-5. – Текст : непосредственный.

Раздел № 3. Приложения

Приложение 1

3.1. Оценочные материалы

Тестовые задания для оценки в части практической подготовки

При проведении тестирования по физической подготовке следует обратить внимание на соблюдение требований инструкции и создания условий для выполнения упражнений.

Подтягивание (для оценки силы и силовой выносливости мышц).

И.П. - вис хватом сверху на перекладине, руки на ширине плеч. Сгибание рук до положения «подбородок над перекладиной», возвращение в и.п. до полного выпрямления в локтевом суставе.

Методические указания: раскачивание тела на перекладине, сгибание ног, перехват рук не допускаются. *Критерием служит максимальное число подтягиваний за 30 сек.*

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а также статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног).

И.П. - упор лежа. Сгибание рук до касания грудью пола (скамейки), разгибание - до полного выпрямления рук.

Методические указания: ладони на ширине плеч, локти направлены назад-в стороны. Голова, туловище и ноги составляют прямую линию, которая сохраняется на протяжении всего выполнения упражнения. Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий при условии при условии правильного выполнения теста в произвольном темпе без отдыха. *Критерием служит максимальное число отжиманий за 30 сек.*

Поднимание туловища из положения лежа на спине (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц брюшного пресса).

И.П. - лежа на спине, руки в замок за головой, ноги согнуты в коленях на 90 градусов, ступни зафиксированы. Сесть, локтями коснуться коленей, лечь.

Методические указания: *фиксируется максимальное количество подъемов за 30 секунд в одной попытке.* Упражнение выполняется на гимнастическом мате.

Прыжки через скакалку (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей).

И.П. - скакалка сзади. Фиксируется максимальное количество прыжков за 1 минуту в одной попытке. *Критерием служит максимальное количество прыжков за 1 мин.*

Бег 60 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей)

Тестирование проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Разрешается одна попытка. После 10-15 минутной разминки дается старт. *Критерием, служит минимальное время.*

Для оценки освоения программы обучающимися в части технической подготовки используются тестовые упражнения, перечисленные в таблице. Для обучающихся определенных возрастных категорий представлены и нормативы.

№	Упражнение	10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет
Для полевых игроков								
1.	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	6	7	8	6	7	8	6
2.	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек.)	до 30,0	до 20,0	до 20,0	10,0	9,5	9,0	8,7
3.	Жонглирование мячом (количество раз)	8	10	12	20	25	25	более 25
Для вратарей								
1.	Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность(м)					30	34	38
2.	Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см)					45	50	55
3.	Бросок мяча на дальность (м)					20	24	26

Уровень результативности	Характеристика уровня результативности
Низкий уровень знаний, умений навыков	Технически неподготовленность выполнения упражнений: передача мяча с заданием, групповые тактические действия в защите и в нападении.
Средний уровень знаний, умений навыков	Выполнение технических элементов: передача мяча, прием мяча, бросок.
Высокий уровень знаний, умений навыков	Игра 11 на 11 с дополнительным заданием.

Приложение 2

3.2. Методические материалы

Анкета «Давай знакомиться!»

Дорогой друг, давай познакомимся! Пожалуйста, напиши нужное:

1. Меня зовут _____
2. Мне нравится, когда меня называют _____
3. Мне _____ лет
4. Я хочу научиться _____

Я смогу научить других _____

Я быстро устаю (пожалуйста, подчеркни нужное) да / нет

5. Я чувствую себя свободно в любой ситуации (пожалуйста, подчеркни нужное) да / нет

Спасибо за твои ответы!

А теперь произнеси про себя три раза:

«У меня все получится и будет все хорошо!»

Анкета «Подводим итоги!»**Дорогой друг!**

Вот и подошло к концу наше знакомство и совместное творчество.

Мы будем рады получить твои искренние ответы на вопросы:

1. Удовлетворен ли ты своей работой в программе «Кожаный мяч»
(нужное подчеркни)
2. а) да, (почему) _____
3. б) нет, (почему) _____
4. Чему ты научился на занятиях по программе «Кожаный мяч»?
5. а) играть в футбол
б) быть судьёй
в) быть вратарём
г) другое (напиши)
6. Пригодится ли тебе полученный опыт в жизни?
а) да, потому что _____
б) нет, потому что _____
7. Что, по твоему мнению, нужно добавить в содержание занятий «Кожаный мяч»? _____

Приложение 3

3.3. Календарно тематическое планирование

№	Тема. Название занятия.	Кол-во часов	Дата проведения по расписанию		Форма аттестации/контроля	Примечание/корректировка
			По плану	По факту		
1	Введение. История футбола	1			Тест	
2	Передвижения и остановки	1			Тренировочные упражнения	
3	Удары по мячу	1			Тренировочные упражнения	
4	Остановка мяча	1			Тренировочные упражнения	
5	Ведение мяча и обводка	1			Тренировочные упражнения	
6	Отбор мяча	1			Тренировочные упражнения	
7	Вбрасывание мяча	1			Тренировочные упражнения	
8	Игра вратаря	1			Тренировочные упражнения	
9	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещения по футбольному полю и владения мячом	1			Тренировочные упражнения	
	Итого часов	9				

КТП - разрабатывается после утверждения программы и является отдельным приложением к общеобразовательной общеразвивающей программе, состоит из титульного листа, пояснительной записки в которую включены цель, задачи на учебный год и планируемые результаты.

В КТП могут вноситься корректировки (не более 10%) на основании письменного заявления ПДО и фиксации в листе корректировки программы.

Приложение 4

3.4 Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Кожаный мяч»

«Согласовано»

Зам. директора по УВР/методист

_____ / _____

« » 202 г.

Лист корректировки программы на _____.

[illegible]

Всего прошито, пронумеровано и скреплено печатью
на 22 (двадцати) рб лист.

Директор ГБУ ДО РК ДС «Фортуна»

Р.А. Халитов

Дата заверения 10.04.2016



№	Наименование работ	Место проведения	Дата проведения	Описание выполненных работ
1	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		13 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
2	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
3	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
4	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
5	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
6	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
7	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
8	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
9	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
10	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
11	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
12	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
13	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
14	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
15	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
16	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
17	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
18	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
19	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
20	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
21	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»
22	Техническое обслуживание и ремонт оборудования		1 июля	Участие в праздничных мероприятиях - «Юные таланты»